

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กด้อยโอกาสชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 โรงเรียนบ้านห้วยทราย ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยประยุกต์ใช้แนวคิดการมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชนของ อคิน ระพีพัฒน์และเจิมศักดิ์ ปิ่นทอง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและเสนอผลการวิจัย ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนบ้านห้วยทราย

ส่วนที่ 2 กระบวนการมีส่วนร่วมของเด็กด้อยโอกาส ผู้ปกครองและครู โรงเรียนบ้าน

ห้วยทรายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของเด็กด้อยโอกาสโรงเรียนบ้าน  
ห้วยทราย

#### 1. ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนบ้านห้วยทราย

##### 1.1 ลักษณะภูมิประเทศ

โรงเรียนบ้านห้วยทราย ตั้งอยู่เลขที่ 26/3 หมู่ที่ 15 ถนนคันคลองชลประทาน ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ รหัสไปรษณีย์ 50200 โทรศัพท์ 053-281218 โทรสาร 053-460291 E-mail school122@chiangmaiarea1.go.th และ banhuaysai@hotmail.com สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่ เขต 1 เปิดสอนตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาลปีที่ 1 ถึงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตพื้นที่บริการการศึกษา บ้านหมู่ที่ 4,7 และ 15 ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ทิศเหนือ           ติดต่อกับ   หอพักชื่นมงคล

ทิศใต้               ติดต่อกับ   คลองส่งน้ำและทุ่งนา

ทิศตะวันออก ติดต่อกับ ชุมชนหมู่บ้านห้วยทราย หมู่ 4

ทิศตะวันตก ติดต่อกับ ชุมชนหมู่บ้านห้วยทราย หมู่ 4

## 1.2 ประวัติความเป็นมา

โรงเรียนบ้านห้วยทราย เดิมตั้งอยู่ที่วัดโป่งน้อย หมู่ 6 ตำบลสุเทพ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อเกิดสงครามโลกครั้งที่สองทหารญี่ปุ่นได้เข้ามาอาศัยในวัดทำให้การเรียนการสอนไม่สะดวกและไม่ปลอดภัย นายวชิระ ณ เชียงใหม่ ครูใหญ่จึงได้ย้ายโรงเรียนจากวัดโป่งน้อย มาตั้งอยู่ที่บ้านห้วยทราย หมู่ 4 ตำบลสุเทพ เมื่อ พ. ศ. 2486 คือที่อยู่ปัจจุบันนี้ ซึ่งเป็นที่ดินของนายปิ่น เมืองแก้ว มีเนื้อที่ประมาณ 1 งาน โดยทำเป็นอาคารชั่วคราวอาศัยเรียนอยู่ ทำการสอนตั้งแต่ ป.1 – ป.4

พ.ศ. 2493 ได้สร้างอาคารกึ่งอาคาร หลังคามุงด้วยกระเบื้องดินเผา ฝาซี่ลูกกรงชั้นหนึ่งหลัง สิ้นค่าก่อสร้างทั้งหมด 3,000 บาท

พ.ศ. 2500 นายดวงดี ชื่นมงคล ครูในโรงเรียนได้ซื้อที่ดินจากนายปิ่น เมืองแก้ว แล้วได้ อุทิศที่ดินให้ 1 ไร่ 2 งาน คิดเป็นราคา 4,500 บาท

พ.ศ. 2505 ได้สร้างอาคารถาวร แบบ ป1ก ขนาด 3 ห้องเรียน ชั้น 1 หลัง โดยได้รับ งบประมาณจากรัฐบาล 19,000 บาท สิ้นค่าก่อสร้าง 50,000 บาท พร้อมกับขุดบ่อน้ำชั้น 1 บ่อ โดย แม่เรือนแก้ว ชัยมงคล เป็นผู้อุทิศ

พ.ศ. 2513 ได้สร้างรั้วและประปาขึ้น โดยได้รับความช่วยเหลือจาก สาธารณสุขจังหวัด 5,000 บาท สิ้นค่าก่อสร้างทั้งหมด 20,000 บาท

พ.ศ. 2519 นายดวงดี ชื่นมงคล ครูใหญ่ได้อุทิศที่ดินด้านตะวันออกให้อีก 1 งาน ราคา ประมาณ 10,000 บาท ได้สร้างบ้านพักครู 1 หลัง ใช้งบประมาณ 4,500 บาท และส้วม 1 หลัง 4 ที่นั่ง ใช้งบประมาณ 6,000 บาท

พ.ศ. 2521 นายดวงดี ชื่นมงคล ครูใหญ่ได้อุทิศที่ดินแยกที่ของนางเรือนศรี คำด้อย ที่ติดอยู่ ทางด้านตะวันตก อีก 1 งาน ราคาประมาณ 10,000 บาท และสร้างอาคารเรียนแบบ 017 ขนาด 4 ห้องเรียน โดยได้รับงบประมาณ 370,000 บาท และได้ทำการเปิดป้ายนามอาคารเรียนเมื่อวันที่ 10 พฤศจิกายน 2521 ในปีนี้ได้เริ่มเปิดเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ปีการศึกษา 2553 – ปัจจุบัน นายพลภัทร คำภีระ ดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการ/อาจารย์ใหญ่ เปิดทำการสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาล 1 จนถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีนักเรียนรวมทั้งสิ้น 74 คน แยก เป็นนักเรียนชาย 37 คน นักเรียนหญิง 37 คน มีครูประจำการจำนวน 5 คน ดังนี้

1. นายพลภัทร คำภีระ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
2. นางสุนีย์ อินทร์จันทร์ ตำแหน่ง ครู
3. นางยงยุทธ วอนพระพร ตำแหน่ง ครู
4. นางวินัสรินทร์ มีทรัพย์ ตำแหน่ง ครู

นักการภารโรง จำนวน 1 คน คือ นายยืนยงค์ ตาคำมา

สีประจำโรงเรียน คือ สีแดงเลือดหมู

คำขวัญของโรงเรียน เชิดชูวัฒนธรรม นำความดี มีปัญญา

ปรัชญาการจัดการศึกษาของโรงเรียนบ้านห้วยทราย

“เชิดชูวัฒนธรรม นำความดี มีปัญญา”

ปรัชญาการศึกษาของโรงเรียนบ้านห้วยทรายคือ แนวคิด หลักการ กฎเกณฑ์ที่ใช้ในการกำหนดแนวทางการจัดการศึกษาของโรงเรียน เพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนบ้านห้วยทรายให้เกิดคุณภาพและชีวิตที่ดีทั้งในปัจจุบันและอนาคต

“เชิดชูวัฒนธรรม”

เป็นการให้การศึกษาในสิ่งที่เป็นเนื้อหาสาระอันได้มาจากมรดกทางวัฒนธรรมโดยการมุ่งเน้นความรู้ในด้านต่างๆ ในการดำรงชีวิตของนักเรียนในสังคมมนุษย์ทางด้านสุขภาพอนามัย ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม การเมือง การปกครอง วัฒนธรรมขนบธรรมเนียม ประเพณีไทยและประเพณีพื้นบ้าน ให้การศึกษาเพื่อการเรียนรู้เรื่องความเชื่อ ทศนคติและค่านิยมของสังคมในอดีต โดยการส่งเสริมการจัดหลักสูตรท้องถิ่น เพื่อให้ให้นักเรียนได้รับประโยชน์จากท้องถิ่นของตน เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนมีความรัก ความผูกพันกับท้องถิ่นของตนเองด้วย ศึกษารักษาสิ่งต่างๆ ในอดีตไว้ โดยมีกิจกรรมให้นักเรียนได้สืบสานขนบธรรมเนียมประเพณีไทย ประเพณีพื้นบ้านล้านนาเอาไว้ด้วยการปฏิบัติจริง และให้ผู้รู้ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นมาช่วยฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ

“นำความดี”

เป็นการให้การศึกษาเพื่อปลูกฝังนิสัยที่ดีงาม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์แก่นักเรียนให้เกิดค่านิยม เจตคติและพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การมีบุคลิกภาพที่ดี มีจริยธรรมและสุนทรียภาพแห่งชีวิต โดยการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในคุณธรรมต่างๆ ในหลักธรรมแห่งพระพุทธศาสนา เน้นความมีระเบียบวินัยพัฒนาสุขภาพกายและจิตใจของผู้เรียน

“มีปัญญา”

เป็นการให้การศึกษาเพื่อชีวิต จัดสิ่งที่เป็นประสบการณ์ที่ผู้เรียนจะนำไปใช้ได้สามารถเข้าใจปัญหาชีวิต สามารถปรับตัวให้อยู่ในสภาพสังคมปัจจุบันได้อย่างเป็นสุข ตามแนวการจัด

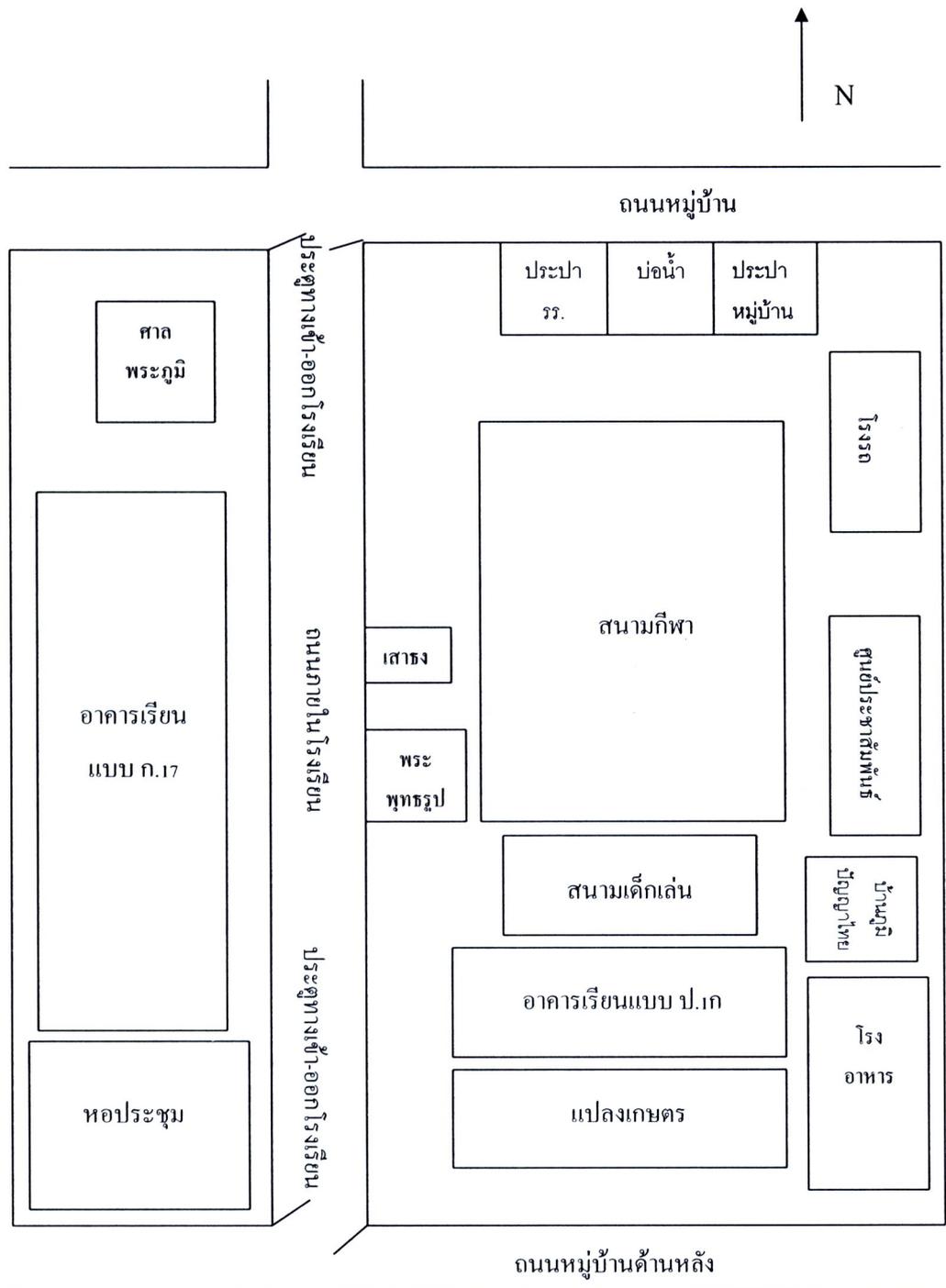
การศึกษาของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 4 มาตรา 22 – มาตรา 30 มุ่งเน้น  
ความรู้ ใฝ่เรียนและจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เต็มตามศักยภาพ

### 1.3 ลักษณะทางกายภาพ

โรงเรียนมีนโยบายในการพัฒนาอาคารสถานที่ โดยการปรับปรุงให้อยู่ในสภาพที่ดีและ  
สะดวกต่อการบริการให้กับนักเรียน ครู และผู้ปกครอง จัดการบำรุงรักษา จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อ  
ต่อการเรียนการสอน บรรยากาศร่มรื่น โดยมอบหมายให้นักการภารโรงคอยรับผิดชอบตามหน้าที่ที่  
กำหนด

โรงเรียนบ้านห้วยทรายมีอาคารเรียนและอาคารประกอบการเรียนรวม 3 หลัง ดัง  
รายละเอียดในแผนภาพที่ 2

1. อาคารเรียนแบบ 017 เป็นอาคารเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 จำนวน  
6 ห้องเรียน ห้องพักครู ห้องประชุม ห้องพยาบาล และห้องธุรการ
2. อาคารเรียน ป.1ก เป็นอาคารเรียนของนักเรียนชั้นเตรียมอนุบาล – ชั้นอนุบาล 3 มี 2  
ห้องเรียน และห้องสมุด



แผนภาพที่ 2 แสดงแผนผังภายในโรงเรียนบ้านห้วยทราย

## 1.4 นโยบายของโรงเรียน

### วิสัยทัศน์

โรงเรียนบ้านห้วยทรายจัดการศึกษาให้มีคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐาน

### พันธกิจ

1. มุ่งมั่นให้นักเรียนได้เรียนรู้เต็มตามศักยภาพ มีทักษะที่จำเป็นตามหลักสูตร และแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง
2. ส่งเสริมให้นักเรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2551
3. ส่งเสริมให้นักเรียนตระหนักในคุณค่าของศิลปวัฒนธรรมสิ่งแวดล้อมและภูมิปัญญาท้องถิ่น
4. จัดหาสื่อเทคโนโลยีให้เพียงพอกับความต้องการและใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่า
5. ส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีระเบียบวินัย มีความเป็นประชาธิปไตยโดยอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
6. พัฒนาบุคลากรอย่างต่อเนื่องตามมาตรฐานวิชาชีพจัดกระบวนการทำงานเป็นทีมและสร้างขวัญกำลังใจ
7. ปรับระบบกระบวนการบริหารจัดการ โดยให้ทุกฝ่ายได้มีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาทุกขั้นตอนให้บริการชุมชนและให้ความร่วมมือกับชุมชนในด้านต่างๆ

### เป้าหมาย

1. นักเรียนมีมีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ทุกสาระการเรียนรู้ไม่ต่ำกว่า ร้อยละ 75
2. นักเรียนทุกคนมีความตระหนักและอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมเป็นผู้สืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่นตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง
3. บุคลากรทุกคนในสถานศึกษามีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตามมาตรฐานวิชาชีพจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ เน้นกระบวนการทำงานเป็นทีม
4. บริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เปิดโอกาสให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการบริหารงานทุกขั้นตอนใช้หลักประชาธิปไตยในการปฏิบัติงาน
5. นำเทคโนโลยีมาใช้จัดการศึกษาอย่างมีคุณภาพและคำนึงถึงประโยชน์ที่นักเรียนได้รับ
6. ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา

### คุณลักษณะของนักเรียนที่พึงประสงค์

1. มีความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
2. มีความซื่อสัตย์สุจริต
3. มีวินัย
4. ใฝ่เรียนรู้
5. อยู่อย่างพอเพียง
6. มุ่งมั่นในการทำงาน
7. รักความเป็นไทย
8. มีจิตสาธารณะ

### ยุทธศาสตร์

โรงเรียนบ้านห้วยทราย พัฒนาการศึกษาระดับพื้นฐานโดยยึด ยุทธศาสตร์ และ จุดเน้นตามกรอบนโยบายบูรณาการของโรงเรียน 3 ยุทธศาสตร์ 6 จุดเน้น

ยุทธศาสตร์ที่ 1 ประกันสิทธิและโอกาสทางการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 2 พัฒนาคุณภาพการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 3 พัฒนาประสิทธิภาพการบริหาร และการจัดการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 1: ประกันประสิทธิและโอกาสทางการศึกษา

- จุดเน้นที่ 1.1 - เพิ่มโอกาสและสร้างความเสมอภาคทางการศึกษา
- การเกณฑ์เด็กเข้าเรียน
  - การส่งเสริมเด็กปฐมวัยให้ได้รับการพัฒนาอย่างทั่วถึง
  - การส่งเสริมเด็กด้อยโอกาส (ไร้รัฐ ไร้สัญชาติ) ให้ได้รับการศึกษาเต็มตามศักยภาพของผู้เรียน
  - การส่งเสริมนักเรียนให้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น

ยุทธศาสตร์ที่ 2: ประกันคุณภาพการจัดการศึกษา

- จุดเน้นที่ 2.1 - พัฒนาการจัดการศึกษาและคุณภาพการเรียนรู้
- ปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา
  - พัฒนาการจัดการเรียนการสอน
  - พัฒนาสื่อ นวัตกรรม และเทคโนโลยี
  - ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

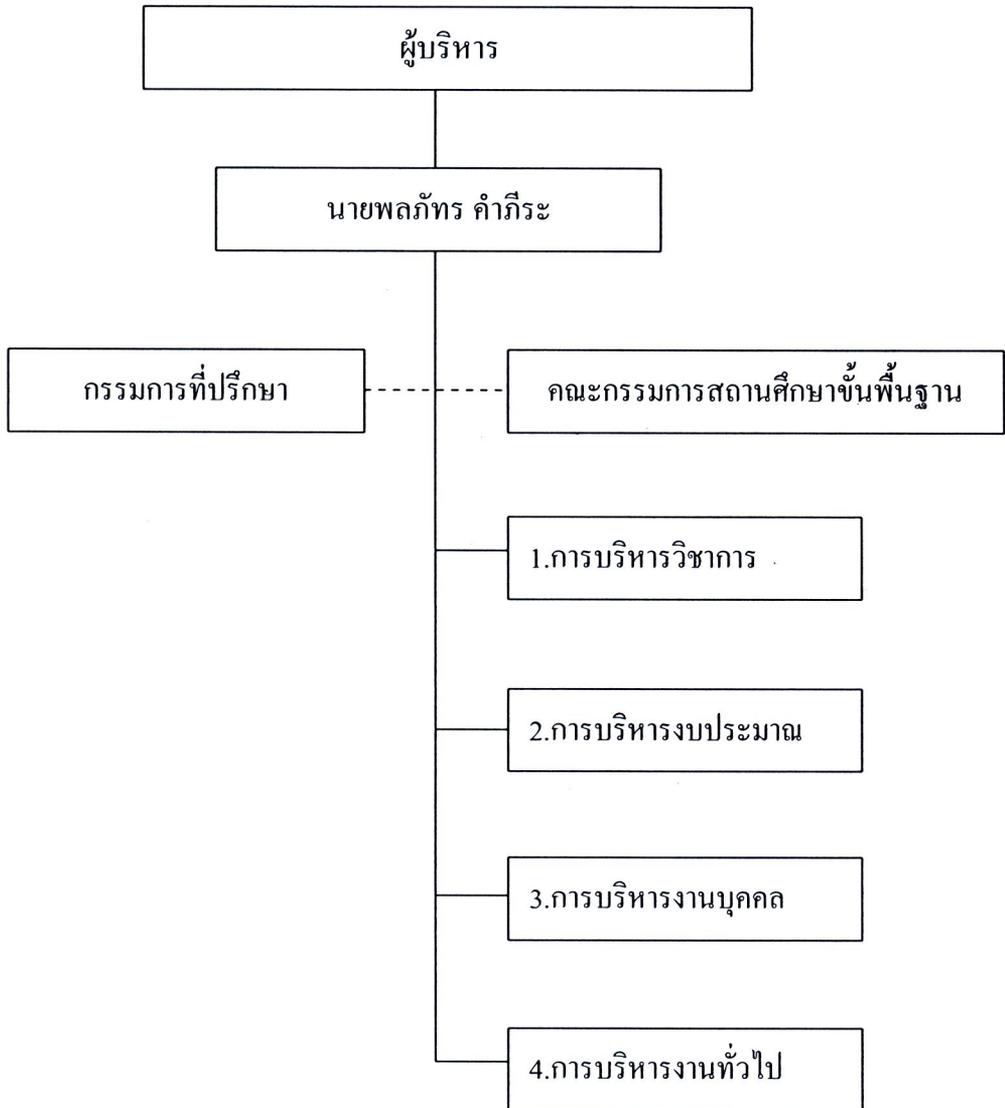
- จุดเน้นที่ 2.2 - เพิ่มศักยภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา
- ส่งเสริม สนับสนุน การพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาให้ได้ตามเกณฑ์มาตรฐานวิชาชีพ
- จุดเน้นที่ 2.3 - พัฒนาสถานศึกษาสู่มาตรฐาน
- จัดการศึกษาโดยยึดมาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐาน 15 มาตรฐาน 65 ตัวบ่งชี้
  - เพิ่มศักยภาพการเรียนรู้ด้านภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ และเทคโนโลยี
  - ส่งเสริมความเป็นเลิศ และร่วมแข่งขันทักษะทางวิชาการในระดับต่าง ๆ

### ยุทธศาสตร์ที่ 3: ประกันประสิทธิภาพการบริหารจัดการ

- จุดเน้นที่ 3.1 - พัฒนาระบบบริหารจัดการเพื่อการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ
- จัดระบบการบริหารจัดการ การวางแผน การนิเทศ กำกับติดตามและประเมินผล
  - พัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศ เชื่อมโยงเครือข่ายเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารได้ทุกระดับ
- จุดเน้นที่ 3.2 - การจัดการทรัพยากรทางการศึกษา
- จัดระบบการเงินพัสดุ
  - จัดหาทรัพยากรทางการบริหารการศึกษา
  - จัดสวัสดิการและกองทุนเพื่อการศึกษา

## 1.5 การบริหารงาน

แผนภาพที่ 3 แสดงการบริหารศูนย์โรงเรียนบ้านห้วยทราย



รายละเอียดของงานในแต่ละฝ่าย มีดังนี้

### 1. การบริหารวิชาการ

1. การพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษา
2. การพัฒนากระบวนการเรียนรู้
3. การวัดผล ประเมินผลและเทียบโอนผลการเรียน
4. การวิจัยเพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา
5. การพัฒนาสื่อ นวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษา
6. การพัฒนาแหล่งเรียนรู้
7. การนิเทศการศึกษา
8. การแนะแนวการศึกษา
9. การพัฒนาระบบประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา
10. การส่งเสริมความรู้ด้านวิชาการแก่ชุมชน
11. การประสานความร่วมมือในการพัฒนาวิชาการกับสถานศึกษาอื่น
12. การส่งเสริมและสนับสนุนงานวิชาการแก่บุคคล ครอบครั้ว องค์กร หน่วยงาน

และสถาบันอื่นที่จัดการศึกษา

### 2. การบริหารงบประมาณ

1. การจัดทำและเสนอของบประมาณ
2. การจัดสรรงบประมาณ
3. การตรวจสอบ ติดตาม ประเมินผลและรายงานผลการ ใช้เงินและผลการ

ดำเนินงาน

4. การระดมทรัพยากรและการลงทุนเพื่อการศึกษา
5. การบริหารการเงิน
6. การบริหารบัญชี
7. การบริหารพัสดุและสินทรัพย์

### 3. การบริหารงานบุคคล

1. การวางแผนอัตรากำลังและกำหนดตำแหน่ง
2. การสรรหาและบรรจุแต่งตั้ง
3. การเสริมสร้างประสิทธิภาพในการปฏิบัติราชการ
4. วินัยและการรักษาวินัย
5. การออกจากราชการ

#### 4. การบริหารงานทั่วไป

1. การดำเนินงานธุรการ
2. งานเลขานุการคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน
3. งานพัฒนาระบบและเครือข่ายข้อมูลสารสนเทศ
4. การประสานและพัฒนากายการศึกษา
5. การจัดระบบบริหารและพัฒนาองค์กร
6. งานเทคโนโลยีสารสนเทศ
7. การส่งเสริม สนับสนุนด้านวิชาการ งบประมาณ บุคลากรและบริหารทั่วไป
8. การดูแลอาคารสถานที่และสภาพแวดล้อม
9. การจัดทำสำมนโนผู้เรียน
10. การรับนักเรียน
11. การส่งเสริมและประสานงานการศึกษาในระบบ นอกระบบและตามอัธยาศัย
12. การระดมทรัพยากรเพื่อการศึกษา
13. งานส่งเสริมงานกิจการนักเรียน
14. การประชาสัมพันธ์งานการศึกษาอื่นที่จัดการศึกษา
15. การส่งเสริมสนับสนุนและประสานงานการศึกษาของบุคคล ชุมชน องค์กร  
หน่วยงานและสถาบัน สังคมอื่นที่จัดการศึกษา
16. งานประสานราชการกับเขตพื้นที่การศึกษาและหน่วยงานอื่น
17. การจัดระบบการควบคุมในหน่วยงาน
18. งานบริการสาธารณะ
19. งานที่ไม่ได้ระบุไว้ในงานอื่น

##### 1.6 กิจกรรมการเรียนการสอน

โรงเรียนบ้านห้วยทราย เปิดสอนนักเรียนตั้งแต่วัยก่อนประถมศึกษา ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จัดการเรียนการสอนแบบสหศึกษาประเภทไป-และกลับ ได้จัดการเรียนการสอน ดังนี้

1. ระดับก่อนประถมศึกษา ซึ่งจัดตามแนวการจัดประสบการณ์ระดับชั้นอนุบาลศึกษา (อายุ 3 – 5 ปี) โดยจัดในลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูที่ส่งเสริมพัฒนาการเด็กรอบด้านทั้งร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้เด็กแต่ละคนได้มีโอกาสพัฒนาความสามารถตามลำดับขั้นของพัฒนาการต่างๆ อย่างสมบูรณ์เต็มตามศักยภาพ โดยประสานความร่วมมือกันพ่อแม่ ผู้ปกครอง

2. ระดับประถมศึกษา ซึ่งจัดตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533) ในการจัดหลักสูตรจะเน้นให้มีการเรียนการสอนในรูปแบบของทักษะกระบวนการ ซึ่งเป็นกระบวนการที่จะสร้างเสริมให้ผู้เรียน คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น เป็นคนดีของสังคมและประเทศชาติ เน้นการสร้างค่านิยมที่ดีให้แก่ผู้เรียน

กิจกรรมเสริมหลักสูตร มีดังนี้

1. กิจกรรมกีฬา จัดให้มีลานกีฬาขึ้นในบริเวณโรงเรียน เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กนักเรียน บุคคลากรในโรงเรียนและคนในชุมชนเข้ามาใช้บริการได้ และโรงเรียนก็ได้มีการสนับสนุนให้มีการจัดกีฬาภายในโรงเรียน และเข้าร่วมการแข่งขันกีฬากับโรงเรียนอื่นๆ

2. กิจกรรมลูกเสือ-เนตรนารี เข้าค่ายพักแรม การเรียนกิจกรรมลูกเสือเนตรนารีในชั่วโมงเรียน

3. กิจกรรมบริการห้องสมุดให้แก่นักเรียน เพื่อใช้เป็นแหล่งค้นคว้าหาความรู้

4. กิจกรรมอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ได้แก่ การนำนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาและประเพณีสำคัญต่างๆ เช่น การเวียนเทียนในวันสำคัญทางศาสนา ประเพณีลอยกระทง การแห่เทียนพรรษา กิจกรรมวันไหว้ครู กิจกรรมเรียนรู้อาชีพในชุมชน เป็นต้น

5. กิจกรรมทางวิชาการ จัดให้มีการประกวดและแข่งขันในโครงการต่างๆของกลุ่มวิชา อาทิ วันพ่อ วันแม่ วันภาษาไทย เป็นต้น

6. กิจกรรมส่งเสริมความสามารถพิเศษ เช่น ส่งเสริมการพับเครื่องบินกระดาษ ส่งเด็กไปประกวดเครื่องบินกระดาษ เป็นต้น

### 1.7 งานสุขอนามัย

โรงเรียนมีห้องพยาบาลอยู่ชั้นล่างของอาคารเรียนแบบ 017 สภาพทั่วไปของห้องพยาบาล สะอาดอากาศถ่ายเทดี มีแสงสว่างเพียงพอ ประกอบด้วย เตียงผู้ป่วย 2 เตียง มีตู้ยาและเวชภัณฑ์ สมุดทะเบียนผู้ใช้บริการสุขภาพ สมุดบันทึกสุขภาพและประวัติการเจ็บป่วยของนักเรียน มีบอร์ดให้ความรู้ มีแผ่นตรวจวัดสายตา นอกจากนี้ใช้ห้องนี้ในการรักษาพยาบาลแล้ว ยังใช้เป็นห้องเรียน สาธิตและฝึกปฏิบัติด้านอนามัยแก่นักเรียนด้วย

หน่วยงานภายนอกที่ให้ความช่วยเหลือและช่วยเหลือด้านงานสุขอนามัยมาโดยตลอด คือ โรงพยาบาลช้างเผือก จังหวัดเชียงใหม่ ช่วยตรวจสุขภาพทั่วไปและฉีดวัคซีนป้องกันโรค ตรวจวัดสายตา ตรวจสุขภาพฟันและให้ความรู้ด้านสุขภาพ

สาเหตุที่นักเรียนเข้ารับบริการห้องพยาบาลมากที่สุดคือ การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุในโรงเรียน โดยมีบาดแผล จากการศึกษาลักษณะบาดแผล พบว่าส่วนใหญ่เป็นแผลถลอกหรือมีอาการ

ปวดเมื่อย เคล็ดและบวมซ้ำ พบในนักเรียนชายมากกว่านักเรียนหญิง การให้บริการสุขภาพ ได้แก่ การทำแผล ใส่ยา การให้รับประทานยาแก้ปวด และการประคบ

โรคที่งานอนามัยในโรงเรียนติดตามแก้ไขอย่างต่อเนื่อง ส่วนใหญ่เป็นโรคที่เกิดจากการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่ดีของเด็กนักเรียนเอง เนื่องจากโรงเรียนไม่มีพยาบาลที่เชี่ยวชาญเฉพาะทาง รวมทั้งบุคลากรในโรงเรียนมีไม่เพียงพอ และมีการตรวจสุขภาพอนามัยแค่ปีละ 1 ครั้ง จากข้อมูลสรุปผลการตรวจสุขภาพในปีการศึกษา 2553 พบว่านักเรียน นักเรียนมีปัญหาเรื่องฟันผุ ร้อยละ 61.2 โรคเหงือก ร้อยละ 58 สวมใส่เสื้อผ้าเครื่องแต่งกายที่ไม่สะอาด ร้อยละ 56 ไว้เล็บยาว เล็บสกปรก ร้อยละ 51 ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทางโรงเรียนได้มีการแก้ปัญหาโดยตลอด ทั้งการจัดกิจกรรมที่มาจากหน่วยงานภายนอก หรือจากทางโรงเรียนเอง แต่ไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร เพราะแต่ละโครงการเป็นโครงการระยะสั้นและนักเรียนยังขาดการกระตุ้นและการมีส่วนร่วมจากบุคคลรอบข้าง (งานอนามัยโรงเรียนบ้านห้วยทราย, 2553)

จะเห็นได้ว่าปัญหาพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลยังคงมีอยู่ ดังนั้นกระบวนการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้นำการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายทั้งเด็กนักเรียน ผู้ปกครอง และครู มาช่วยในการหาแนวทางเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนต่อไป

## 2. กระบวนการมีส่วนร่วมของเด็กนักเรียน ผู้ปกครองและครูโรงเรียนบ้านห้วยทราย ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของเด็กด้อยโอกาส

เนื่องจากการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนของโรงเรียนบ้านห้วยทราย ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่ทางโรงเรียนเป็นผู้กำหนดและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้เข้ามามีส่วนร่วมวางแผนกิจกรรมในโครงการที่โรงเรียนจัดขึ้นยังอยู่ในระดับน้อย ทำให้การดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพนักเรียนยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร เพราะขาดการทำความเข้าใจร่วมกันในการให้ความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียน โดยเฉพาะสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล โดยจะเห็นได้จากการที่เด็กยังคงสุขภาพอนามัยที่ไม่ดี เช่น ฟันผุ เหา สวมใส่เสื้อผ้าที่สกปรก มีขี้ไคล ไว้เล็บยาวสกปรก ซึ่งมีสาเหตุมาจากการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่ดีอยู่ เพื่อเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยระดมการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เช่น พ่อแม่ผู้ปกครอง ผู้บริหารโรงเรียน คณะครูและนักเรียน มีการวางแผนร่วมกันอย่างมีระบบและต่อเนื่องซึ่งผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดการมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชนของ อคิน ระพีพัฒน์และเจิมศักดิ์ ปิ่นทอง (2527) ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. การร่วมค้นหาปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา ตลอดจนแนวทางแก้ไข
2. การร่วมตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนพัฒนาแก้ไขปัญหา
3. การปฏิบัติงานในกิจกรรมตามแผน
4. การร่วมรับผลประโยชน์จากกิจกรรมของโครงการ
5. การร่วมติดตามผลการดำเนินงาน

**ผลการดำเนินงานทั้ง 5 ขั้นตอน สามารถอธิบายได้ดังนี้**

**ขั้นตอนที่ 1 การร่วมค้นหาปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา ตลอดจนแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กด้อยโอกาส โรงเรียนบ้านห้วยทราย (ดำเนินการในสัปดาห์ที่ 1)**

การประชุม/สนทนากลุ่ม ในวันที่ 2 ธันวาคม 2554 ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านห้วยทราย ในหัวข้อ “สุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียน โรงเรียนบ้านห้วยทราย” โดยแบ่งการประชุมออกเป็น 3 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่ 1 การสนทนากลุ่มตัวแทนเด็กนักเรียนด้อยโอกาสจำนวน 12 คน

ครั้งที่ 2 การสนทนากลุ่มตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 10 คน

ครั้งที่ 3 การสนทนากลุ่มครูโรงเรียนบ้านห้วยทรายจำนวน 6 คน

โดยมีรายละเอียดการประชุม ดังนี้

**ครั้งที่ 1 การสนทนากลุ่มตัวแทนเด็กนักเรียนด้อยโอกาสจำนวน 12 คน**

เวลา 10.00 น. ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านห้วยทราย ตัวแทนเด็กด้อยโอกาสเริ่มทยอยเข้าห้องประชุม บรรยากาศในช่วงแรกค่อนข้างเงียบ เด็กมีสีหน้าที่เคร่งเครียด ผู้วิจัยและคณะจึงกล่าวทักทายและแนะนำตัว พร้อมบอกวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานในครั้งนั้น หลังจากนั้นทำกิจกรรมปรบมือเพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการดำเนินงาน และกิจกรรม “ภาพแทนฉัน” เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความสัมพันธ์อันดีรวมถึงความไว้วางใจกันระหว่างสมาชิกที่เข้าร่วมประชุมในครั้งนั้น เด็กนักเรียนเริ่มมีสีหน้ายิ้มแย้ม คลายความวิตกกังวล หลังจากนั้นผู้วิจัยแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่นและให้แสดงความคิดเห็นในหัวข้อ “นักเรียนทราบหรือไม่ว่าพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลนั้นเกี่ยวข้องกับเรื่องใดบ้างและโรคที่เกิดจากการมีพฤติกรรมด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่เหมาะสมมีอะไรบ้าง” นำเสนอที่ละคนจนครบทุกคน ดังที่ตัวแทนนักเรียน ด.ช.แสงวัน ออกมานำเสนอว่า “พฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลนั้นเกี่ยวข้องกับเรื่องการดูแลร่างกายของใช้ การแปรงฟัน” และด.ญ.พิศ กล่าวว่า “เหา เกิดจากการไม่สระผมให้สะอาด” จากการสังเกต พบว่าเด็กด้อยโอกาสเหล่านี้มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านอนามัยส่วนบุคคลในระดับที่ดี หลังจากเสนอครบทุกคนแล้วผู้วิจัยเสริมความรู้ในประเด็นพฤติกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล

บุคคลที่ตกหล่นไป หลังจากนั้นให้อาสาสมัครเล่าถึงพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ควรปรับปรุงของตนเองหรือของเด็กคนอื่นในโรงเรียนที่พบเห็นบ่อยๆ (โดยมีกติกาคือ ห้ามผู้ฟังวิพากษ์วิจารณ์ใดๆทั้งสิ้น แต่สามารถถามหรือแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมได้หลังจากที่ผู้พูด พูดจบ) ใ้ที่ประชุมรับทราบ อาสาสมัครคนที่ 1 ค.ช.นกร ออกมาเล่าว่า “ผมอาบน้ำวันละ 1 ครั้งตอนเย็น บางครั้งก็เกียจจึงไม่ถูสบู่ เพราะแค่เราเอาน้ำราดตัวฝุ่นมันก็ออกไปหมดแล้ว ในช่วงที่อากาศหนาว ผมมักจะเว้นวันในการอาบน้ำ เพราะน้ำมันเย็นมากไม่อยากอาบ อีกอย่างช่วงหน้าหนาว เหงื่อไม่ค่อยออกมาก เลยรู้สึกว่ามันสกปรก” อาสาสมัครคนที่ 2 ค.ญ.พิศ เล่าว่า “หนูมีปัญหาเรื่องฟันผุ เพราะชอบกินขนมหวานแล้วไม่แปรงฟัน บางครั้งก่อนเข้านอนลืมแปรงฟัน บางครั้งก็เกียจแปรงฟัน มาแปรงอีกทีในตอนเช้าก่อนที่จะมาโรงเรียน” กลุ่มนักเรียนต่างรับฟังด้วยความสนใจ หลังจากอาสาสมัครแต่ละคนพูดจบ จะได้รับเสียงปรบมือจากผู้ฟังอย่างกึกก้อง หลังจากนั้น ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มเด็กนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มกลุ่มละ 4 คนให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเล่าถึงพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของตนเองให้สมาชิกในกลุ่มฟังจนครบทุกคน หลังจากนั้นให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ในหัวข้อ ดังต่อไปนี้

- 1.ปัญหาด้านสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียน โรงเรียนบ้านห้วยทรายมีอะไรบ้าง
- 2.นักเรียนคิดว่าแต่ละปัญหามีสาเหตุมาจากอะไร
- 3.ถ้านักเรียนอยากมีสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีควรทำอย่างไร

โดยใช้เวลาวิเคราะห์ 15 นาที หลังจากหมดเวลาให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลงานหน้าที่ประชุม ดังที่ตัวแทนกลุ่มที่ 1 ออกมานำเสนอว่า “ปัญหาด้านสุขภาพอนามัยของเด็กโรงเรียนเรา ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องเสื้อผ้า ถุงเท้าที่สกปรกอมเหม็น เล็บมือยาวและดำ มีขี้โคลตามตัว ส่วนผู้หญิงจะมีเหากันเขอะ ทางกลุ่มของเราคิดว่าสาเหตุที่เป็นแบบนี้ เกิดจากการไม่ใส่ใจ ไม่เห็นความสำคัญของสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล ทั้งๆที่ครูคอยย้ำเตือนเรื่องนี้บ่อยๆ เตือนที่เราก็ปฏิบัติที่ไม่เตือนก็ไม่ปฏิบัติ ดังนั้นควรรักษาเสื้อผ้าและของใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ อาบน้ำซักขี้โคลให้สะอาด ตัดเล็บมือให้สั้น ส่วนนักเรียนหญิงควรสระผมให้สะอาด และกำจัดเหาให้หมดไป เราจะได้มีสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น” นักเรียนกลุ่มที่เหลือต่างรับฟังด้วยความกระตือรือร้นและซักถาม แสดงความคิดเห็นด้วยความสนใจ ดังที่ ค.ช.ณรงค์ แสดงความคิดเห็นว่า “ผมก็เป็นคนหนึ่งที่ถูกเตือนเรื่องเสื้อผ้าบ่อยๆ เพราะเสื้อผ้าที่สวมใส่สกปรก เพราะผมซักเสื้อผ้าเองบางครั้งก็ไม่ได้ใส่ผงซักฟอก เพราะคิดว่าแค่ใช้น้ำก็สะอาดแล้ว บางครั้งถ้าเห็นว่าไม่สกปรกหรือไม่เหม็นมากก็จะไม่ซัก เอาผึ่งแดด ผึ่งลมไว้ แค่นี้ก็นำมาใส่วันต่อไปได้แล้ว” จากนั้นตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอจนครบทุกกลุ่ม สมาชิกทุกกลุ่มจึงช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญของแต่ละกลุ่มและเสริมประเด็นในส่วนที่ขาดลงในกระดาษแผ่นใหญ่ เพื่อนำเสนอในที่ประชุมใหญ่ในวันต่อไป

**สรุปผลการวิเคราะห์จากการประชุมของกลุ่มตัวแทนเด็กด้อยโอกาสจำนวน 12 คน ได้ดังนี้**  
 ปัญหาด้านสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียน โรงเรียนบ้านห้วยทรายที่พบ ได้แก่ ฟันผุ เหงา มีไข้ไคล เสื้อผ้าสกปรก กลากเกลื่อน ท้องร่วง ท้องเสีย

สาเหตุของปัญหา ครูมีการให้ความรู้เรื่องอนามัยส่วนบุคคลแก่นักเรียนขาดความตระหนัก และคิดว่าการปฏิบัติแบบไม่สม่ำเสมอไม่ส่งผลเสียใดๆกับสุขภาพ เช่น บางครั้งลืมแปรงฟัน ขี้เกียจแปรงฟัน นักเรียนคิดว่าการบ้วนปากด้วยน้ำเพียงอย่างเดียวก็ทำให้ฟันสะอาดได้ ชอบทานขนมหวานหรือลูกอมแต่ไม่ได้บ้วนปากหรือแปรงฟันหลังจากทานเสร็จ นักเรียนชายสระผม สัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพราะคิดว่าตนเองผมสั้นไม่ต้องสระหลายครั้ง บางครั้งไม่ใช่แชมพูเพียงแต่ใช้น้ำเปล่าเพียงครั้งเดียวก็คิดว่าสะอาดแล้ว ส่วนนักเรียนหญิงคิดว่าถ้าไม่อยู่ใกล้กับคนที่เปื้อนเหา ตนเองก็จะไม่เป็นเหา บางครั้งถ้าไม่มีแชมพูสระผมจะใช้สบู่หรือผงซักฟอกสระผมเพราะคิดว่าจะทำให้ผมสะอาดได้เหมือนกัน นักเรียนบางคนอาบน้ำโดยไม่ใช้สบู่/แรงรีบอาบน้ำและ ไม่ได้ขัดขี้ไคล ในส่วนของการดูแลของใช้ในบางครั้งนักเรียนจะซักเสื้อผ้าด้วยน้ำเปล่า นักเรียนล้างมือหลังจากออกห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหาร รวมถึงการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมทักษะด้านอนามัยส่วนบุคคลยังมีน้อย

วิธีแก้ไข/ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล ได้แก่ การแปรงฟันทุกครั้ง หลังตื่นนอนตอนเช้าและก่อนเข้านอน การบ้วนปากทุกครั้งหลังจากทานขนมหวาน การสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง โดยใช้แชมพูสระ การกำจัดเหา การอาบน้ำให้สะอาดและขัดขี้ไคลทุกครั้ง และการล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังออกจากห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหาร เป็นวิธีการที่จะช่วยให้มีสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดี แต่ทั้งนี้เด็กนักเรียนทุกคนจะต้องปฏิบัติอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ

จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า บรรยากาศในที่ประชุมสนุกสนาน เป็นกันเอง นักเรียนมีการซักถามและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน กล้าแสดงออก บางครั้งในกลุ่มมีการแย่งกันพูด จนสมาชิกในกลุ่มจืดจางประเด็นไม่ทัน และการออกมานำเสนอหน้าที่ประชุมมีเสียงเชียร์จากสมาชิกในกลุ่มของตนเอง

## **ครั้งที่ 2 การสนทนากลุ่มตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 10 คน**

ผู้วิจัยและตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 10 คน ได้มีการนัดหมายและมีการรวมกลุ่มกันในวันที่ 2 ธันวาคม 2554 เวลา 13.00 น. ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านห้วยทราย หลังจากลงทะเบียนเพื่อรับเอกสารความรู้ วิทยากรกล่าวทักทาย แนะนำตัวและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดประชุมในครั้งนี้

ผู้ปกครองมีสีหน้าวิตกกังวลเล็กน้อย แต่หลังจากให้ผู้ร่วมประชุมทุกคนแนะนำชื่อตนเองแล้ว ผู้ปกครองมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสขึ้น หลังจากนั้นวิทยากรเกริ่นนำเรื่องสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล

บุคคล โดยเป็นการให้ความหมาย และยกตัวอย่างพฤติกรรมที่เกี่ยวกับอนามัยส่วนบุคคล ผู้วิจัยให้ผู้ปกครองทุกคนแสดงความคิดเห็นในประเด็นที่ว่า “ท่านคิดว่าบุตรของท่านมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีหรือไม่ และยกตัวอย่างพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของบุตรมาอย่างน้อย 1 พฤติกรรม” โดยเล่าให้ครบทุกคน อาสาสมัครคนที่ 1 นายแดง เล่าว่า “ลูกชอบกินลูกอมและขนมหวานมาก กินแล้วไม่ยอมแปรงฟันหรือบ้วนปาก ทำให้มีฟันผุ ต้องคอยเตือนลูกเรื่องการแปรงฟันบ่อยๆ เพราะแคะจะขึ้นก็เจ็บแสบ บางครั้งแคะไปนอนเลยโดยไม่แปรงฟัน” ส่วน นาง ชุมโต เล่าว่า “ไม่ค่อยมีเวลาดูแลเอาใจใส่ลูก เพราะเช้าก็ต้องไปทำงาน กลับบ้านอีกทีก็เกือบมืด กลับถึงบ้านก็อยากพักผ่อนเพราะทำงานมาเหนื่อย ไม่มีเวลามาสนใจลูกมากนัก เท่าที่สังเกตลูกก็ไม่มียะไรผิดปกติแต่อย่างใด เรื่องที่เคยเตือนเป็นเรื่องของการรักษาความสะอาดของร่างกายและของใช้ เพราะเด็กมักจะอาบน้ำไม่สะอาด แต่ก็เตือนลูกบ้างถ้ามีเวลา” ผู้ปกครองทุกคนต่างตั้งใจฟังเป็นอย่างดี และมีการแสดงความคิดเห็นร่วมด้วยเมื่อเห็นว่าเป็นประเด็นเดียวกับของตนเอง ดังที่นางชื่อ กล่าวว่่า “ลูกไม่ค่อยล้างมือก่อนกินข้าว พอเรียกให้มากินก็จะเอามือมาเช็ดที่เสื้อของตัวเอง ต้องคอยเตือนให้ล้างมือก่อนเสมอ ส่วนเรื่องการแปรงฟันก็ไม่ได้กำชับอะไรมาก เพราะจากที่สังเกตดู หลังตื่นนอนตอนเช้าก็ล้างหน้า แปรงฟันเป็นปกติทุกวัน แต่ตอนหลังรับประทานอาหารและก่อนเข้านอนนั้น ไม่ได้กำชับหรือเข้มงวดเรื่องการแปรงฟันแต่อย่างใด จึงไม่เห็นลูกแปรงฟันในเวลาดังกล่าว” จากการทำผู้ปกครองเล่าถึงพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของบุตรตนเอง ทำให้ทราบว่าเด็กยังคงมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ยังไม่ดีและควรปรับปรุงแก้ไข อยู่ หลังจากที่มีการนำเสนอครบทุกคนแล้ว ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มผู้ปกครองออกเป็น 2 กลุ่มกลุ่มละ 5 คน โดยให้แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ในหัวข้อพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านห้วยทราย โดยมีหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. สภาพปัญหาด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เกิดขึ้นกับบุตรของท่าน
2. ปัจจัยหรือสาเหตุที่ทำให้บุตรของท่านมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่ดี
3. วิธีป้องกัน/แก้ไข เพื่อนำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

ผู้ปกครองแต่ละกลุ่มให้ความร่วมมือในการวิเคราะห์เป็นอย่างดี เมื่อมีประเด็นสงสัยจะรีบซักถามกันภายในกลุ่มเพื่อคลายความสงสัยทันที ดังที่ผู้ปกครองท่านหนึ่ง ถามว่า “เรื่องการอยู่แคมป์ จะเป็นสาเหตุที่ทำให้ลูกมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่ดีรีป่าว” หลังจากหมดเวลาให้แต่ละกลุ่มนำเสนอหน้าที่ประชุม และให้มีการซักถามหรือแสดงความคิดเห็นได้ และรวบรวมประเด็นต่างๆของทั้ง 2 กลุ่มไว้ในกระดาษแผ่นใหญ่และร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมในส่วนที่ขาดหายไป

### สรุปผลการสนทนากลุ่มตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 10 คน ได้ดังนี้

สภาพปัญหาด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เกิดขึ้นกับเด็กนักเรียน ได้แก่ เหา ไม่ล้างมือให้สะอาด ก่อนทานอาหาร บางครั้งท้องเสีย ชอบทานขนมหวาน ลูกอม น้ำอัดลม ไม่แปรงฟันก่อนนอนสวมใส่เสื้อผ้าที่ไม่สะอาด เก็บของใช้ไม่เป็นระเบียบ

ปัจจัยหรือสาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่เหมาะสม ได้แก่

- ผู้ปกครองมีความรู้น้อย/ ขาดแหล่งสนับสนุนทางการเงินในการจัดหาอุปกรณ์อย่างเช่น แปรงฟัน ยาสีฟัน แชมพู เพราะผู้ปกครองมีรายได้น้อย

- ผู้ปกครองไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่เด็กเท่าที่ควรเพราะต้องทำงานด้วยเหตุนี้เองทำให้การดูแลบุตรหลานในด้านความเป็นอยู่ เช่น การอาบน้ำ การแปรงฟัน การสระผม การดูแลความสะอาดเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย เก็บมือ เก็บเท้า ฯลฯ ไม่ได้รับการแนะนำดูแลเอาใจใส่อย่างถูกต้องและจริงจัง ปล่อยให้เป็นที่ของเด็กรที่ซึ่งต้องช่วยเหลือดูแลตัวเองเมื่ออยู่ที่บ้าน

- สภาพแวดล้อม ที่อยู่อาศัยไม่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสม

วิธีแก้ไข/ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล

- ผู้ปกครองควรดูแลเอาใจใส่เรื่องพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของบุตรอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

- ควรจัดสภาพที่อยู่อาศัยให้เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล เช่น การมีถังขยะประจำบ้าน การเก็บกวาดจัดสิ่งของในบ้านให้เรียบร้อย

### ครั้งที่ 3 การสนทนากลุ่มครูโรงเรียนบ้านห้วยทรายจำนวน 6 คน

การสนทนากลุ่มในวันที่ 2 ธันวาคม 2554 เวลา 16.00 น. ที่ห้องประชุมของคณะครูโรงเรียนบ้านห้วยทราย ผู้วิจัยกล่าวทักทาย บรรยากาศการประชุมเป็นไปด้วยความเรียบร้อย และเป็นกันเอง การประชุมเริ่มจากการรายงานภาวะสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านห้วยทราย ในช่วงปีที่ผ่านมา โดยครูวินัสรินทร์ ผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียน จากข้อมูลสรุปผลการตรวจสุขภาพในปีการศึกษา 2553 พบว่านักเรียน มีปัญหาเรื่องฟันผุ ร้อยละ 67.2 โรคเหงือก ร้อยละ 65 สวมใส่เสื้อผ้าเครื่องแต่งกายที่ไม่สะอาด ร้อยละ 64 ไข่เล็บยาว เล็บสกปรก ร้อยละ 61 นอกจากนี้ยังพบโรคที่เกี่ยวกับสุขวิทยาส่วนบุคคลอีกหลายโรค เช่น กลาก เกลื้อน โรคผิวหนัง เหา เป็นต้น (งานอนามัยโรงเรียนบ้านห้วยทราย, 2553) ครูทุกท่านร่วมรับฟังและให้ความร่วมมือในการประชุมเป็นอย่างดี มีการเสนอความคิดเห็นเพิ่มเติม ดังที่ ครูกรรณิการ์กล่าวว่า “เรา

ต้องคอยเตือนเด็กๆ เรื่องเหล่านี้เป็นประจำ โดยเฉพาะช่วงเปิดเทอมใหม่ๆ โดยเฉพาะเรื่องร่างกาย เสื้อผ้า ของใช้ต่างๆ” ครูยงยุทธ กล่าวเสริมว่า “ช่วงตอนที่เด็กต้องไปปรับทุนหรือรับรางวัลนอกโรงเรียน เด็กต้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและถุงเท้าของโรงเรียน เพราะของเด็กเอง สกปรกมาก ทุกวันนี้จึงมีเสื้อผ้านักเรียน และถุงเท้าใหม่ๆ ที่มีผู้บริจาคให้กับโรงเรียนเตรียมสำรองไว้เสมอ” และผอ.พลภัทร กล่าวว่า “บุคลากรในโรงเรียนเรามีน้อยแต่ละคนทำหน้าที่หลายอย่างด้วยกัน ครูคนหนึ่งรับผิดชอบหลายอย่าง ในด้านงานอนามัย มีการผลัดเปลี่ยนกัน 2 ปี ต่อครั้ง จึงทำให้บางโครงการหรือบางกิจกรรมเป็นไปอย่างไม่ต่อเนื่อง ส่งผลให้ไม่ประสบผลสำเร็จในการดำเนินงานเท่าที่ควร” คณะครูต่างช่วยกันวิเคราะห์ แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของเด็กนักเรียน โรงเรียนบ้านห้วยทราย อย่างตั้งอกตั้งใจ ถึงแม้ว่าเวลานี้จะเป็นเวลาเลิกงานแล้วก็ตาม ทั้งนี้คณะครูมุ่งหวังเพื่อให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนอย่างแท้จริง ดังที่ครูยงยุทธ กล่าวว่า “พวกเราไม่ค่อยมีเวลาคุยกันแบบนี้ซักเท่าไร และถึงเวลาแล้วที่เราจะต้องร่วมมือกันอย่างแท้จริง เพื่อจะทำให้เด็กมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น จะได้เป็นแบบอย่างให้รุ่นน้องและคนในชุมชนต่อไป”

#### **สรุป ผลการสนทนากลุ่มของครูโรงเรียนบ้านห้วยทรายจำนวน 6 คน ได้ดังนี้**

ปัญหาสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนโรงเรียนบ้านห้วยทราย ที่ยังคงมีอยู่ ได้แก่ ฟันผุ เล็บยาว มีเชื้อโคล เสื่อผ้า/ของใช้สกปรก

สาเหตุที่ทำให้เด็กนักเรียนยังคงมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่เหมาะสมอยู่ ได้แก่

- เด็กยังขาดความตระหนักในการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสม ขาดแรงกระตุ้นจากบุคคลรอบข้างจึงทำให้พฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสมไม่คงทน

- เนื่องจากบุคลากรในโรงเรียนมีน้อยแต่ละคนต้องรับผิดชอบหลายฝ่าย จึงทำให้การดูแลเรื่องสุขภาพไม่ทั่วถึง และยังไม่มีการเน้นให้เด็กปฏิบัติ ตนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลอย่างจริงจังและต่อเนื่อง รวมถึงการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองยังมีน้อยมากเพราะผู้ปกครองต้องออกไปทำงานแต่เช้าและกลับค้ำดั่งนั้นจึงไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่เด็กเท่าที่ควร ทำให้เด็กต้องดูแลตนเองในทุกๆ เรื่องรวมถึงเรื่องสุขภาพอนามัยด้วย

- มีการผลัดเปลี่ยนครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพทุก 2 ปี การศึกษา ทำให้การดำเนินงานด้านสุขภาพอนามัยนักเรียนบางโครงการหรือบางกิจกรรมเป็นไปอย่างไม่ต่อเนื่อง ส่งผลให้ไม่ประสบผลสำเร็จในการดำเนินงานเท่าที่ควร การจัด

กิจกรรมเสริมทักษะด้านสุขภาพจึงมีน้อยตามไปด้วย เช่น กิจกรรมที่เคยดำเนินการแต่ปัจจุบันนี้ไม่มีแล้ว ได้แก่ กิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน กิจกรรมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ เป็นต้น และเนื่องจากทางโรงเรียนมีบุคลากรน้อย ครูจึงรับผิดชอบหน้าที่ทั้งการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและหน้าที่อื่น ๆ ที่ได้รับมอบหมายส่วนเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจากสถานีอนามัยตำบลสุเทพมาตรวจสุขภาพปากและฟันของนักเรียนพร้อมทั้งดูดหินปูนและให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพปากและฟัน ปีละ 1 ครั้ง คือ ในภาคเรียนที่ 1 ปัญหาสุขภาพนักเรียนที่พบมากที่สุด คือ นักเรียนเป็นโรคฟันผุจำนวนมาก

- ยังขาดงบประมาณในการสนับสนุนช่วยเหลือเด็กในการจัดหาวัสดุอุปกรณ์ที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสม เช่น แปรงฟัน ยาสีฟัน สบู่ การสร้างอ่างล้างมือ/แปรงฟันให้พอเพียงกับเด็ก

แนวทางแก้ไข/ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลเพื่อให้เกิดความยั่งยืน

- ควรมีการทำโครงการที่เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งเป็นโครงการระยะยาว และทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรเข้ามามีส่วนร่วมด้วยกัน เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลอย่างยั่งยืนต่อไป

ในวันที่ 3 ธันวาคม 2554 เวลา 13.00 บริเวณหอประชุมโรงเรียนบ้านห้วยทราย ผู้วิจัยได้จัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการ ทุกฝ่ายทยอยกันมาลงทะเบียน ฝ่ายครูและผู้ปกครองมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส ส่วนฝ่ายนักเรียนมีสีหน้าที่วิตกกังวลเล็กน้อย แต่ละฝ่ายทักทายกันอย่างสุภาพ เมื่อทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องมาครบ ผู้วิจัยเริ่มเปิดการประชุมโดยกล่าวทักทาย และถามความรู้สึก/ความพร้อม ก่อนที่จะเริ่มประชุมในวันนี้ ดังที่ นางสีมา กล่าวว่า “วันนี้รู้สึกกังวลเล็กน้อย เพราะต้องเข้ามามีส่วนร่วมเป็นกลุ่มใหญ่ คนเยอะกว่าเดิม” ผู้วิจัยเริ่มต้นการประชุมด้วยการให้ทุกคนในที่ประชุมแนะนำตัวทีละคนจนครบ เพื่อให้ทุกคนแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ ผอ.พลภัทร จึงกล่าวว่า “เด็กๆและผู้ปกครอง ไม่ต้องวิตกกังวลใดๆทั้งสิ้น ขอให้ทุกคนร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ เรามาช่วยกันคิดเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของลูกหลานเราให้ดีขึ้น ขอให้ทุกคนช่วยกันอย่างเต็มที่” ต่อจากนั้นคณะผู้วิจัยเริ่มด้วยการนำเสนอประเด็นที่แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ในวันที่ 2 ธันวาคม 2554 โดยให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลงานของกลุ่มตนเอง ทำให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายได้ทราบปัญหาและปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคส่งผลกระทบต่อสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียน ทุกฝ่ายรับรู้ถึงปัญหาด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ยังคงมีอยู่ หลังจากนั้นแบ่งกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะประกอบไปด้วย ตัวแทนนักเรียน ผู้ปกครองและครู ผู้วิจัยได้ทำการแจกกระดาษเปล่าให้กับทางกลุ่ม แล้วให้แต่ละกลุ่มเขียนเสนอในประเด็นสาเหตุที่ทำให้เด็กนักเรียนมีปัญหาสุขภาพ

อนามัยส่วนบุคคลมากลุ่มละ 3 – 4 ข้อ จากนั้นนำมารวบรวมคัดเลือกประเด็นสาเหตุที่เหมือนกันไว้ด้วยกัน และที่แตกต่างกันแยกออกไว้ต่างหาก แล้วระดมความคิดเห็นและหาข้อสรุปถึงสาเหตุของปัญหาได้ดังนี้

1. นักเรียนขาดความตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล
2. การจัดกิจกรรมเสริมเพื่อฝึกทักษะด้านการดูแลสุขภาพนักเรียนมีน้อย
3. การจัดบริการอนามัยสิ่งแวดล้อมใน โรงเรียนที่เอื้อต่อสุขอนามัยส่วนบุคคลยังจัดได้ไม่ดี

เท่าที่ควร

หลังจากนั้นให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดเห็นเพื่อร่วมกันภายในกลุ่มสร้างภาพฝันที่ต้องการให้เกิดขึ้นในประเด็น “นักเรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสมมีลักษณะอย่างไร” เขียนลงในกระดาษแล้วนำเสนอในที่ประชุมใหญ่ทราบ ซึ่งสรุปเป็นภาพต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ และมีความตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสมสามารถดูแลและปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลได้ดี และถูกต้องอย่างต่อเนื่องเป็นประจำ

2. นักเรียนไม่เป็นโรคฟันผุ มีการตรวจสุขภาพฟันด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

3. นักเรียนรู้จักรักษาความสะอาดของใช้ส่วนตัวและของใช้ส่วนรวมเพื่อให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี

4. นักเรียนเป็นแบบอย่างที่ดีในการดูแลสุขภาพของตนเอง และสามารถเผยแพร่ความรู้สู่น้องๆและชุมชนได้

จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่าทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องให้ความสนใจ และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และบรรยากาศที่เกิดขึ้นหลังจากการรวมกลุ่ม ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส เด็กนักเรียน มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเป็นอย่างดี ดังที่ ด.ญ.รดาภาณี กล่าวว่าการประชุมครั้งนี้ไม่น่ากลัวอย่างที่คิดไว้ เพราะครูและคุณลุงคุณป้าใจดีมากช่วยกันคิดแก้ปัญหาไม่เฉยๆ และ นางสีมา กล่าวว่า “รู้สึกว่าการประชุมในครั้งนี้ทำให้ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมมาก ดีใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของการประชุม”

**ขั้นตอนที่ 2 การร่วมตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนพัฒนาแก้ไขปัญหา (ดำเนินการในสัปดาห์ที่ 1)**

ผู้วิจัย ตัวแทนเด็กนักเรียน 12 คน ตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 10 คนและครูโรงเรียนบ้านห้วยทราย 6 คน ได้มีการนัดหมายและมีการรวมกลุ่มกันในวันที่ 4 ธันวาคม 2554 เวลา 13.00 น. ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านห้วยทราย บรรยากาศของการรวมกลุ่มในวันนี้ทุกฝ่ายค่อนข้างผ่อนคลาย สีสหน้าไม่วิตกกังวลมากเหมือนสองวันที่ผ่านมา โดยเฉพาะฝ่ายตัวแทนเด็กค่อยโอกาส ทั้งนี้

เนื่องจากทุกฝ่ายได้ทำความคุ้นเคยกันแล้ว(ในวันที่ 3 ธันวาคม 2554) ดังที่ ด.ญ.รดาภาณี กล่าว “วันนี้ไม่ค่อยวิตกกังวลเหมือนเมื่อก่อน เพราะทุกฝ่ายต่างใจดีมากช่วยเหลือกันตลอด” เมื่อผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายเข้าร่วมการประชุมครบแล้ว ผู้วิจัยสรุปผลการดำเนินงานที่ทุกฝ่ายร่วมกันคิดวิเคราะห์ (ในวันที่ 3 ธันวาคม 2554) หลังจากนั้นผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม (กลุ่มเดิมของวันที่ 3 ธันวาคม 2554) จากการร่วมค้นหาปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา ตลอดจนแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล เมื่อได้ภาพฝันร่วมกันถึงลักษณะของนักเรียนที่มีสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ดีแล้วให้แต่ละกลุ่มพิจารณากำหนดและวางแผนกิจกรรมมากลุ่มละ 1 กิจกรรม ภายใต้ประเด็น “การดำเนินกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนที่ทุกคนอยากให้มี” โดยกำหนดให้กิจกรรมนั้นต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถดำเนินงานได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยกำหนดให้นำเอาสาเหตุของปัญหาทั้ง 3 ข้อที่ร่วมกันสรุปมาประกอบการพิจารณากำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหา ให้ทุกกลุ่มอภิปรายร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อกำหนดโครงการ จากนั้นให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอกิจกรรมที่ทางกลุ่มของตนมีมติเห็นชอบ ทุกกลุ่มต่างกระตือรือร้น ช่วยกันคิดโครงการต่างๆ ดังที่เด็กชายหม่อง กล่าวในกลุ่มของตนว่า “อยากให้มีกิจกรรมแปรงฟันตอนกลางวันเหมือนเมื่อก่อน เพราะอยากให้ฟันสะอาดและฟันไม่ผุ” โดยสรุปได้ 3 โครงการ ดังนี้

โครงการที่ 1 ร่างกายสะอาดปราศจากเชื้อโรค

โครงการที่ 2 ฟันสะอาดปากสดชื่น

โครงการที่ 3 โรงเรียนน่าอยู่หนูๆปลอดภัยห่างไกลเชื้อโรค

กลุ่มที่ 1 นำเสนอโครงการร่างกายสะอาดปราศจากเชื้อโรค ทางกลุ่มให้เหตุผลว่าต้องการให้มีกิจกรรมเสริมทักษะในเรื่องสุขอนามัยส่วนบุคคลที่เกิดจากการเรียนรู้ในห้องเรียนโดยนักเรียนมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมให้มากที่สุด จากการแสดงความคิดเห็นของ ด.ญ.สมศรี “อยากให้มีการนำความรู้และข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองที่นอกเหนือจากในหนังสือเรียนมาเผยแพร่ให้เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ได้รับทราบข้อมูล และสามารถนำไปปฏิบัติให้ถูกต้องในชีวิตประจำวันของตนเองได้ด้วย”

กลุ่มที่ 2 นำเสนอโครงการฟันสะอาดปากสดชื่น ทางกลุ่มให้เหตุผลว่าเนื่องจากปัจจุบันมีนักเรียนเป็นโรคฟันผุจำนวนมาก เพื่อเป็นการป้องกันในเบื้องต้นและลดปัญหาจำนวนนักเรียนที่จะเป็นโรคฟันผุ จึงต้องการให้มีโครงการที่ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักดูแลสุขภาพปากและฟันของตนเอง พร้อมทั้งได้ฝึกปฏิบัติการแปรงฟันที่ถูกวิธีสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง จากการแสดงความคิดเห็นของ ด.ช.หม่อง กล่าวว่า “อยากให้คุณครูจัดกิจกรรมแปรงฟันหลังรับประทานอาหารกลางวันเหมือนเมื่อก่อนที่เคยปฏิบัติ เพราะช่วยให้นักเรียนรู้จักดูแลสุขภาพ

ปากและฟัน และไม่เป็นโรคฟันผุ” นายแดง กล่าวเสริมว่า“น่าจะมีการตรวจสอบว่าเด็กทำจริงหรือไม่ด้วย ทั้งนี้ทุกฝ่ายควรช่วยกันกระตุ้นเด็กให้ปฏิบัติพฤติกรรมที่ดี”

กลุ่มที่ 3 นำเสนอกิจกรรมโรงเรียนนำอยู่หลายๆ ปลอดภัยห่างไกลเชื้อโรค ทางกลุ่มให้เหตุผลว่า การที่จะเสริมสร้างหรือพัฒนาอนามัยส่วนบุคคลให้แก่แก่นักเรียนนั้น การจัดสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการดำเนินงานก็เป็นสิ่งสำคัญเพื่อสร้างบรรยากาศให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติ พร้อมทั้งเป็นการส่งเสริมให้ผู้ที่อยู่ในบริเวณ โรงเรียนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีด้วย จากการแสดงความคิดเห็นของ นายบุญฤทธิ์ กล่าวว่า “ถ้าเราช่วยกันจัดสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ในโรงเรียนให้สะอาด เป็นระเบียบก็จะช่วยให้ผู้พบเห็นรู้สึกประทับใจ” นอกจากนี้ ครูยงยุทธ กล่าวเสริมว่า “เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ที่พวกเราช่วยกันวางแผนนั้นได้ผล ควรจะมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมและไปในทิศทางเดียวกัน เช่น ที่สำหรับให้นักเรียนแปรงฟัน จัดเตรียมสบู่ไว้ล้างมือ การดูแลรักษาความสะอาดห้องน้ำหรือห้องส้วม โดยให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางในการปฏิบัติในส่วนที่สามารถทำได้ เพราะนอกจากจะช่วยให้นักเรียนรู้จักดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคลของตนเองแล้วยังเป็นการฝึกให้นักเรียนเป็นผู้ที่รักความสะอาดด้วย”

หลังจากที่ทุกกลุ่มจัดทำโครงการและนำเสนอสรุปแผนการดำเนินงานแล้ว มีการนำเสนอหรืออภิปรายเพิ่มเติมจากที่ประชุมใหญ่อีกครั้ง ได้ข้อสรุปว่าจะเน้นการทำงานที่ทุกคนทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน ไม่ปล่อยให้เป็นที่รับผิดชอบของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง และเน้นความเป็นไปได้ของโครงการเพื่อให้เกิดการพัฒนาสุขภาพอนามัยที่ดีของนักเรียน และสามารถเป็นแบบอย่างให้แก่ชุมชน หรือโรงเรียนอื่น ๆ ต่อไป

จากการที่ทุกกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ ปัญหาสาเหตุ และวิธีการป้องกันแก้ไข เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม รวมทั้งการสร้างภาพฝันร่วมกันและการกำหนดโครงการ รายละเอียดของโครงการอย่างละเอียด พบว่า ทุกคนที่เข้าร่วมประชุมในครั้งนี้มีความกระตือรือร้นในการเสนอความคิดเห็นเสนอแนะกิจกรรมการดำเนินงานต่าง ๆ เป็นอย่างดี ดังที่ ค.ญ.จิราวรรณ กล่าวว่า “อยากให้ถึงวันเริ่มโครงการเร็วๆ จะได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆ” ถึงแม้ว่าในช่วงแรกนักเรียนไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็น แต่ทางคณะครูได้คอยกระตุ้นให้นักเรียนมีความกล้าที่จะนำเสนอและกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ผู้ปกครองให้ความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็นเป็นอย่างดี รวมทั้งการเล่าถึงพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กเมื่ออยู่ที่บ้านให้ฟังโดยละเอียด คณะครูให้ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมที่เคยดำเนินงานที่ผ่านมาและความเป็นไปได้ของแต่ละกิจกรรมที่ร่วมกันวางแผนไว้ว่าสามารถดำเนินงานได้มากน้อยเพียงใด และผู้บริหารโรงเรียนก็ให้ข้อมูลด้านงบประมาณของโรงเรียนในส่วนที่น่าจะนำมาร่วมทำกิจกรรมได้ ทางฝ่ายผู้ปกครองก็ให้ความสนใจและให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่ ดังที่ ครูยงยุทธ กล่าวว่า

“การทำโครงการในครั้งนี้ เราต้องร่วมมือกันทุกฝ่ายอย่างจริงจังเพื่อให้โครงการเหล่านี้ประสบความสำเร็จ เด็กๆจะได้มีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น” และนายบุญฤทธิ์ กล่าวว่า “พวกเรายินดีเป็นอย่างยิ่งที่จะให้ความร่วมมือในทุกๆโครงการ” รายละเอียดของโครงการที่ทางตัวแทนนักเรียน ผู้ปกครอง และครูร่วมกันจัดทำขึ้น มีดังนี้

## โครงการที่ 1 ร่างกายสะอาดปราศจากเชื้อโรค

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจและตระหนักในความสำคัญของการดูแลร่างกายของตนเองให้สะอาดปลอดภัยจากเชื้อโรค

### กิจกรรม

- 1.เชิญเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นวิทยากรให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล
- 2.แกนนำนักเรียนนำเสนอบทความหน้าเสาธงตอนเช้าทุกวัน
- 3.จับคู่ตรวจสอบสุขภาพ
- 4.นักเรียนแบ่งกลุ่มจัดบอร์ดเผยแพร่ความรู้
- 5.กำจัดเหาด้วยวิธีธรรมชาติ

### สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนบ้านห้วยทราย

### อุปกรณ์ดำเนินงาน

กรรไกร, กระจก, ปากกา, สีเมจิก, กาว, กระดาษ/บอร์ด

### ระยะเวลาดำเนินการ

12 – 16 ธันวาคม 2554

### งบประมาณ –

### วิธีการประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการดูแลรักษาความสะอาดร่างกายของนักเรียน
2. สมุดรณรงค์อนามัย
3. ตรวจสอบผลงานนักเรียน

### ผู้รับผิดชอบ

สมาชิกกลุ่มที่ 1

## โครงการที่ 2 ฟันสะอาดปากสดชื่น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนมีสุขนิสัยที่ดีในการรักษาสุขภาพปากและฟัน
2. เพื่อให้ นักเรียนปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพปากและฟันได้อย่างถูกต้อง

### รายละเอียดกิจกรรม

1. การตรวจสุขภาพปากและฟัน โดยผู้เชี่ยวชาญจากโรงพยาบาลช้างเผือก
2. การสาธิตการแปรงฟันอย่างถูกวิธี กำหนดให้มีการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันทุกวัน
3. การจับคู่ตรวจฟัน
4. งดขายทอฟฟี่/ลูกอม ขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลมใน โรงเรียน
5. จัดประกวดหนูน้อยฟันสวย

### สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนบ้านห้วยทราย

### อุปกรณ์ดำเนินงาน

แปรงสีฟัน, ยาสีฟัน, แก้วน้ำ

### ระยะเวลาดำเนินการ

19-30 ธันวาคม 2554

### งบประมาณ

1,000 บาท

### แหล่งงบ

จากเงินอุดหนุนทั่วไปของโรงเรียน

### วิธีการประเมินผล

-นักเรียนมีการแปรงฟันวันละ 3 ครั้ง โดยจะประเมินโดยผู้ปกครอง ครู และเพื่อน จากสมุดบันทึก รักษ์อนามัย

- การมีส่วนร่วมของนักเรียน ผู้ปกครองและครูในการทำกิจกรรม

### ผู้รับผิดชอบ

สมาชิกกลุ่มที่ 2

### โครงการที่ 3 โรงเรียนนำอยู่หนองพลอดภัย

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้บริเวณ โรงเรียนสะอาดถูกสุขลักษณะ
2. เพื่อให้ให้นักเรียนและบุคลากรใน โรงเรียนมีสุขภาพกายและใจที่ดี
3. เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนมีนิสัยรักความสะอาด

#### รายละเอียดกิจกรรม

1. สาธิตการล้างมืออย่างถูกวิธี
2. จัดให้มีสบู่ไว้ล้างมือในห้องน้ำและ โรงอาหาร
3. จัดที่สำหรับนักเรียนแปรงฟัน
4. จัดเวรนักเรียนทำความสะอาดห้องน้ำ/ห้องส้วม, โรงอาหาร
5. รณรงค์รักษาความสะอาด



#### สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนบ้านห้วยทราย

#### อุปกรณ์ดำเนินงาน

สบู่, เป่ายโปสเตอร์การล้างมืออย่างถูกวิธี, ไม้กวาด, อุปกรณ์ทำความสะอาดห้องน้ำ

#### ระยะเวลาดำเนินการ

4-10 มกราคม 2555

#### งบประมาณ

1,000 บาท

#### แหล่งงบ

จากเงินอุดหนุนทั่วไปของ โรงเรียน

#### วิธีการประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน
- สังเกตการปฏิบัติงานของนักเรียน
- สังเกตความสะอาดเรียบร้อยของบริเวณ โรงเรียน

#### ผู้รับผิดชอบ

สมาชิกกลุ่ม 3

ขั้นตอนที่ 3 การร่วมปฏิบัติงานในกิจกรรมตามแผน (ดำเนินการในสัปดาห์ที่ 2 – 7)

จากที่ได้มีการร่วมกันหาปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา ตลอดจนแนวทางแก้ไข และการร่วมตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนพัฒนาแก้ไขปัญหาแล้ว จึงได้ดำเนินการตามโครงการที่วางไว้ โดยสอดคล้อง/ตอบสนองปัญหาและความต้องการของกลุ่มเด็กด้อยโอกาส ผู้ปกครองและครู ดังนี้

## สัปดาห์ 2 การเตรียมความพร้อมก่อนดำเนินงาน/โครงการ

- ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่าย ได้มีการประชุมกลุ่มเพื่อกำหนดความแน่ชัดของกิจกรรมการมีส่วนร่วมการสนทนากลุ่ม หลังจากการประชุมเชิงปฏิบัติการเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยจะนัดผู้รับผิดชอบโครงการมาพูดคุย ในเรื่องวิธีการปฏิบัติตามแผนกิจกรรมที่ร่วมกันคิด เพื่อกำหนดความแน่ชัดของกิจกรรม เมื่อทุกกลุ่มร่วมกันวางแผนกำหนดแนวทางปฏิบัติแล้ว จึงได้ดำเนินงานตามแนวทาง ปฏิบัติที่กำหนดไว้ดังนี้

- ขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สถานีอนามัยตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อขอรับการสนับสนุนบุคลากรและวัสดุต่าง ๆ

- ตรวจสอบและจัดหาอุปกรณ์ในการแปรงฟันให้เด็กนักเรียนมีครบทุกคน

- จัดหาสบู่ไว้ล้างมือในห้องน้ำ/ห้องส้วมและโรงอาหาร และวัสดุอุปกรณ์ทำความสะอาดห้องน้ำ

- จัดทำสมุดบันทึก รักร้อยอนามัยเพื่อใช้บันทึกการตรวจเช็คสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของเด็กด้อยโอกาส

- จัดหาวัสดุ/อุปกรณ์ในการจัดบอร์ดให้นักเรียน เช่น กรรไกร กระดาษ สีเมจิกกาวลาเท็กซ์ เป็นต้น

- ทำหนังสือขอความร่วมมือจากผู้ปกครองนักเรียน ในเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล อาทิ การดูแลสุขภาพช่องปากและฟันของนักเรียนในตอนเช้าและก่อนนอน การอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดทั้งตอนเช้าและตอนเย็น การล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังจากเข้าห้องน้ำทุกครั้ง การดูแลสุขภาพเส้นผมและหนังศีรษะ และอื่น ๆ เป็นต้น

## สัปดาห์ที่ 3 – 7 การดำเนินกิจกรรมตามที่ทุกฝ่ายได้มีส่วนร่วมวางแผนกำหนดไว้

- จัดอบรมให้ความรู้เด็กด้อยโอกาสชั้น ป.4 – ป.6 ในเรื่องทักษะการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล โรคภัยต่างๆที่อาจเกิดขึ้นได้ถ้ามีพฤติกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ไม่ดี เป็นต้น โดยวิทยากรจากสถานีอนามัยตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

- แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆกัน โดยให้แต่ละกลุ่มรับผิดชอบหาบทความหรือข่าวสารที่มีสาระสำคัญเพื่อให้เกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพด้าน

อนามัยส่วนบุคคลของตนเองและครอบครัว โดยให้ส่งตัวแทนกลุ่ม ออกไปพูดหน้าเสาธง หลังจากเคารพธงชาติเสร็จ สัปดาห์ละ 2 กลุ่มสลับกันไป ทุกวันอังคาร และวันศุกร์

- จัดบอร์ดเผยแพร่ความรู้รวมทั้งแนะนำข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล

- ให้แต่ละกลุ่มผลัดกันทำหน้าที่ตรวจสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลของตนเองและเพื่อนทุกคนในกลุ่มทุกเช้าวันจันทร์ และบันทึกผลการตรวจสุขภาพลงในสมุด รักร้อยนามัยที่ได้ร่วมกันจัดทำขึ้น

- จัดให้มีการแปร่งฟันหลังอาหารทุกวันและบันทึกไว้ในสมุด รักร้อยนามัย

- ดำเนินการกำจัดเหาในเด็กนักเรียนหญิง/ตัดผมนักเรียนชายให้สั้นเสมอ

### สัปดาห์ที่ 8

- จัดมอบรางวัลให้แก่กลุ่มนักเรียนที่พูดและจัดบอร์ดได้มีสาระเนื้อหาที่น่าสนใจ และจัดมอบรางวัลแก่เด็กที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

โดยในระหว่างการดำเนินงานนี้ ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมและสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายถึงการดำเนินกิจกรรม หลังจากเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการครบทั้ง 3 โครงการ ในสัปดาห์ที่ 1 - 7 แล้ว สัปดาห์ที่ 9 ผู้วิจัยได้ติดตามผลโดยได้เยี่ยม กระจุ่นเดือน เด็กนักเรียนในเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบไปด้วย การดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด การรักษาฟันให้แข็งแรงและแปร่งฟันทุกวันอย่างถูกต้อง และการล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่ายทุกครั้ง รวมทั้งสนับสนุนสื่อ เอกสาร แผ่นพับ คู่มือ เป็นต้น และพูดคุยซักถาม จากนักเรียน ผู้ปกครอง และครูในประเด็นเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียนหลังจากเข้าร่วมโครงการพร้อมกับการสังเกตพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กนักเรียน

### ขั้นตอนที่ 4 การรับรู้ผลประโยชน์จากกิจกรรมของโครงการ

การที่เด็กด้อยโอกาส ผู้ปกครองและคณะครู โรงเรียนบ้านห้วยทราย ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการนำเสนอปัญหา และจัดทำกิจกรรม โครงการเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของของเด็กนักเรียนด้อยโอกาส ทำให้ทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับรู้ถึงสภาพปัญหาด้านสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งถ้าไม่รีบป้องกันหรือไม่กระตุ้นให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องตื่นตัว ก็จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆตามมาในอนาคตได้ การรับรู้ผลประโยชน์จากกิจกรรมของโครงการที่ทำร่วมกัน พบว่า

การรับรู้ผลประโยชน์จากกิจกรรมของเด็กนักเรียน นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง ทำให้มีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยที่ดีขึ้น ซึ่งหากไม่เริ่ม

ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในอนาคตข้างหน้าอาจทำให้เกิดโทษ/โรคร้ายต่างๆตามมา และยังสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เพื่อนๆ และคนในครอบครัวอีกด้วย ดังที่ ค.ช.หม่อง กล่าวว่า “การทำโครงการต่างๆนอกจากจะทำให้มีสุขภาพที่ดีขึ้นแล้ว ยังทำให้เรามีความสามัคคีกันมากขึ้น และทำให้มีเพื่อนมากขึ้น” ค.ญ.รดาภาณี กล่าวว่า “โครงการเหล่านี้ไม่เหมือนกัน โครงการหรือกิจกรรมอื่นๆที่เคยปฏิบัติในโรงเรียน เพราะพวกเราได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน รู้สึกมีความสุข สนุก อยากให้โครงการเหล่านี้คงอยู่ตลอดไป” และ ค.ช.หม่อง กล่าวว่า “หลังจากทำกิจกรรมที่ร่วมกันคิดแล้ว ทำให้ผมรู้จักดูแลความสะอาดของเสื้อผ้าและร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอ เมื่อก่อนจะถูกตำหนิจากครูและเพื่อน แต่เดี๋ยวนี้ครูและเพื่อนกลับชมว่าเสื้อผ้าสะอาดขึ้น ดีใจมากและจะปฏิบัติแบบนี้ต่อไป”

การรับรู้ผลประโยชน์จากกิจกรรมของผู้ปกครอง โครงการที่ได้ร่วมกันทำนั้น ทำให้เด็กมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น ผู้ปกครองเห็นว่าโครงการมีประโยชน์มาก ทำให้ผู้ปกครองได้เรียนรู้ว่าต้องดูแลเอาใจใส่บุตรให้มากขึ้น และเห็นได้ชัดว่าเด็กมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น และอยากให้ทางโรงเรียนยังคงจัดกิจกรรมดีๆเหล่านี้ต่อไป ดังที่นางซื่อ กล่าวไว้ว่า “เมื่อก่อนลูกชายไม่ค่อยล้างมือก่อนรับประทานอาหาร พอเรียกให้มารับประทานอาหารก็จะเอามือมาเช็ดที่เสื้อของตัวเอง ต้องคอยเตือนให้ล้างมือก่อนเสมอ ส่วนเรื่องการแปรงฟันก็ไม่ได้กำชับอะไรมาก เพราะจากที่สังเกตดู หลังตื่นนอนตอนเช้าก็ล้างหน้า แปรงฟันเป็นประจำทุกวัน แต่ตอนหลังรับประทานอาหาร และก่อนเข้านอนนั้นไม่ได้กำชับหรือเข้มงวดเรื่องการแปรงฟันแต่อย่างใด จึงไม่เห็นบุตรแปรงฟันในเวลาดังกล่าว” “ตั้งแต่มีโครงการต่างๆนั้น ปัจจุบันบุตรมีพฤติกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น จะแปรงฟันและล้างมือ โดยไม่ต้องให้เตือนอีก อีกทั้งยังนำสมุดมาให้เช็กความเรียบร้อยประจำ” นายแดง กล่าวว่า “ตั้งแต่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกับทางโรงเรียน รู้สึกว่าลูกมีพฤติกรรมดีขึ้น คือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้งจะรู้จักล้างมือโดยไม่ต้องเตือนเลยหรือเล่นสปรกปรกมาก็จะล้างมือส่วนการแปรงฟันก็จะแปรงตอนเช้าด้วย ก่อนนอนด้วย และจะสอนน้องแปรงฟันให้ถูกวิธี พาน้องทำตามแล้วจะชวนกันไปแปรงฟันเองทุกวัน

การรับรู้ผลประโยชน์จากกิจกรรมของครู สังเกตเห็นว่านักเรียนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ดีมาก ดังที่ ครูวินัสรินทร์ กล่าวว่า “เด็กมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมโครงการทุกโครงการ รู้สึกว่าเขามีความรักมีความรู้สึกร่วม โดยจะสังเกตเห็นความตั้งใจ ความตื่นตัวในการทำแต่ละโครงการ” และ ครูสุนีย์ “รู้สึกว่าเขาให้ความสนใจ และตั้งใจทำแต่ละกิจกรรมโดยเฉพาะการฝึกปฏิบัติอย่างถูกวิธีจากเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญ และสนใจซักถามข้อสงสัยต่างๆมากมาย” การที่เด็กนักเรียนได้มีส่วนร่วมในแต่ละโครงการ เช่นการประกวดต่างๆ ทำให้เด็กมีความกระตือรือร้นมากขึ้นเพื่อจะพยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของตนเองให้ดีขึ้น ดังที่ ครูยงยุทธ “หลังจากได้ร่วมโครงการแล้วเด็กมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปในทางที่ดี

ขึ้น เด็กจะเริ่มอาบน้ำถูขี้โคลนให้สะอาด สวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด ตัดเล็บให้สั้นเสมอ แปรงฟันทุกครั้ง หลังทานอาหารและล้างมืออย่างถูกต้อง นักเรียนหญิงเริ่มสระผมให้สะอาดและคอยตรวจตราหาให้เพื่อนๆ รวมถึงน้องๆด้วย นักเรียนเริ่มคิดค้นกิจกรรมต่างๆ เพื่อนำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดี” ดังที่ ครูวินัสรินทร์ กล่าวว่า “กลุ่มนักเรียนแกนนำมาปรึกษาครูว่าอยากทำกิจกรรมสอนน้องแปรงฟัน น้องๆจะได้มีสุขภาพฟันที่ดีไม่มีฟันผุมากเหมือนพี่ๆอีกต่อไป และตอนนี้พฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด แต่ต้องรอดูผลในระยะยาวต่อไปเพราะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้คงทนคงต้องใช้เวลาพอสมควร”

### ขั้นตอนที่ 5 การติดตามผลงาน

การติดตามผลหลังจากสิ้นสุดโครงการทั้งหมดแล้ว 2 สัปดาห์ โดยดำเนินการในสัปดาห์ที่ 9 ผู้วิจัย ตัวแทนเด็กนักเรียน ตัวแทนผู้ปกครองและครูโรงเรียนบ้านห้วยทรายได้มีการติดตามผลการดำเนินโครงการทั้ง 3 โครงการ จากการประเมินโดยการสังเกตปรากฏการณ์ พร้อมจดบันทึกข้อมูลภาคสนาม การสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการ สรุปผลการประเมินได้ดังนี้

#### การติดตามผลของกลุ่มตัวแทนเด็กด้อยโอกาส พบว่า

เด็กด้อยโอกาสให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการร่วมโครงการต่างๆ ดังนี้

โครงการที่ 1 ร่างกายสะอาดปราศจากเชื้อโรค ทำให้รู้จักการดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย รวมทั้งของใช้ต่างๆ ให้สะอาดอยู่เสมอ กิจกรรมต่างๆ ได้ฝึกปฏิบัติร่วมด้วย ทำให้มีความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลมากขึ้น ดังที่ ค.ญ.รดาณิ กล่าวว่า “หนูชอบกิจกรรมการจับคู่ตรวจสุขภาพเพราะทำให้เราได้รู้ว่าควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างไรต่อไป เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพอนามัยที่ดี”

โครงการที่ 2 ฟันสะอาดปากสดชื่น เด็กนักเรียนรู้สึกดีใจที่ได้มีส่วนร่วมในการคิดโครงการดีๆแบบนี้ ทำให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสม ห่างไกลจากเชื้อโรคต่างๆ ทำให้มีสุขภาพแข็งแรงไม่เจ็บป่วยได้ง่ายๆ เป็นการฝึกความรับผิดชอบด้านสุขภาพของตนเอง และสามารถเป็นแบบอย่างแก่น้องๆที่โรงเรียนและพ่อแม่ที่บ้านอีกด้วย ค.ญ.สมศรี กล่าวว่า “หนูชอบโครงการเหล่านี้มาก เพราะทำให้หนูสามารถบอกกล่าวเรื่องพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่เหมาะสมให้น้องสาวและพ่อแม่ เช่น เรื่องการแปรงฟันที่ถูกวิธี หนูนำไปบอกพ่อแม่ให้ทำตามจะได้มีสุขภาพปากและฟันที่ดี” เด็กนักเรียนได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพปากและฟัน โดยเฉพาะในเรื่องของโรคฟันผุ และการรักษาอนามัยของช่องปากและฟันอย่างถูกวิธี เพราะก่อนที่เด็กนักเรียนจะเข้าร่วมกิจกรรม เด็กจะไม่ตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพฟัน และไม่ทราบว่าโรคฟันผุจะก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมามากมาย จึงทำให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ดังที่ ค.ช.แดง โม

กล่าวว่า “เมื่อก่อนผมคิดว่าถ้าเป็นฟันผุแล้วก็ไม่เป็นไร โหนฟันก็ผุแล้วไม่ต้องดูแลสุขภาพปากและฟันมาก แต่พอได้ร่วมโครงการนี้จึงทำให้ผมทราบว่าโรคฟันผุอาจทำให้เกิดโรคต่างๆตามมามากมาย เราควรจะรักษาสุขภาพปากและฟันให้ดีถึงแม้ว่าเราจะมีฟันผุอยู่แล้วก็ตาม” เด็กนักเรียนทุกคนให้ความร่วมมือในการตรวจสุขภาพฟันด้วยตนเอง เขียนบันทึกการตรวจสุขภาพฟันอย่างสม่ำเสมอ แปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหารกลางวัน และมีการบันทึก/ตรวจสอบ การแปรงฟันที่บ้านโดยพ่อแม่เป็นประจำ

โครงการที่ 3 โรงเรียนนำอยู่หนูๆปลอดภัยห่างไกลเชื้อโรค นักเรียนต่างให้ความร่วมมือในการทำมาสะอาดโรงเรียนเพื่อให้เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยที่เหมาะสม เช่น การล้างอ่างล้างมือให้สะอาดเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการใช้งาน การทำความสะอาดบริเวณอาคารเรียน หอประชุม โรงอาหารและรอบๆโรงเรียน โดยมีการจัดเวรแบ่งหน้าที่กัน โครงการนี้มีปัญหาในเรื่องของจำนวนคนที่มีน้อยและไม่เพียงพอกับปริมาณงานที่มาก จึงแก้ปัญหาโดยขอความร่วมมือจากเด็กนักเรียนชั้น ป.1-ป.3 และได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี ค.ญ.ชื่อ แสดงความคิดเห็นว่า “โรงเรียนสะอาดขึ้นเยอะ น่าอยู่กว่าเดิม” และ ค.ญ.รัตนภรณ์ กล่าวว่า “ต่อไปนี้พวกเราจะช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดของโรงเรียน อย่างสม่ำเสมอ ไม่ปล่อยให้สกปรกอีกต่อไป เพื่อจะได้มีสิ่งแวดล้อมที่ดี ตอนนี้มีมีการจัดเวรเพื่อดูแลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนด้วย”

#### การติดตามผลของกลุ่มผู้ปกครอง

พบว่า ผู้ปกครอง ได้ให้ความร่วมมือกับทางโรงเรียนเป็นอย่างดีในทุกๆโครงการ ดังนี้

โครงการที่ 1 ร่างกายสะอาดปราศจากเชื้อโรค และโครงการที่ 3 โรงเรียนนำอยู่หนูๆปลอดภัยห่างไกลเชื้อโรค ผู้ปกครองจะคอยช่วยกระตุ้นเตือนในเรื่องการรักษาความสะอาด การอาบน้ำถูสบู่โคลให้สะอาด รวมถึงการจัดสภาพแวดล้อมทั้งในบ้านและนอกบ้านให้สะอาดและเป็นระเบียบอยู่เสมอ ดังที่นางผัด กล่าวว่า “ตั้งแต่มีโครงการเหล่านี้ขึ้นลูกจะเก็บข้าวของเครื่องใช้ต่างๆเป็นที่เป็นทางและเป็นระเบียบมากขึ้น มีความกระตือรือร้นในการรักษาความสะอาดของเสื้อผ้าของใช้ต่างๆโดยเฉพาะชุดนักเรียน ต้องซักให้สะอาดทุกครั้ง ดิฉันเห็นลูกมีพฤติกรรมที่ดีแบบนี้แล้วสบายใจ ทุกวันนี้บ้านเราจะเป็ระเบียบสะอาดเรียบร้อยกว่าแต่ก่อนมาก ดิฉันจึงคิดว่าตนเองควรเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูก โดยทุกเช้าก่อนออกจากบ้านเพื่อไปทำงานจะต้องกวาดบ้านและเก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองและสามีให้เรียบร้อย ถึงแม้ว่าจะทำงานเหนื่อย แต่เห็นลูกมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีแบบนี้แล้วก็ชื่นใจ” และโครงการต่างๆนอกจากจะมีประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยของเด็กแล้วยังมีประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยของครอบครัวอีกด้วย

โครงการที่ 2 ฟันสะอาดปากสดชื่น โดยผู้ปกครองจะช่วยในเรื่องการตรวจสุขภาพปากและฟันของบุตรและคอยเตือนบุตรให้แปรงฟันทุกครั้งทั้งตอนเช้าและก่อนเข้านอน ทั้งนี้ยังเป็น

แบบอย่างที่ดีในการแปร่งฟัน อีกด้วย ดังที่นายบุญดี กล่าวว่า “ผมไปซื้อแปร่งฟันอันใหม่ให้ทุกคน ในครอบครัวเพราะอันเก่ามันหมดอายุไปนานแล้วแต่พวกเราคิดว่ามันยังใช้ได้อยู่จึงยังไม่เปลี่ยน พอได้มาเข้าร่วมโครงการนี้จึงรีบเปลี่ยนแปร่งฟันทันที เพราะของเก่าหมดสภาพไปแล้วแปร่งได้ไม่ สะอาดแล้ว ลูกชายผมยังสอนวิธีแปร่งฟันที่ถูกต้องให้ด้วย” นายแดง กล่าวว่า “การที่มีสมุดบันทึก สุขภาพที่ให้ผู้ปกครองช่วยเช็คเป็นสิ่งที่ดีมาก เพราะทำให้เราใส่ใจในสุขภาพของลูกมากขึ้น และทำให้เราใกล้ชิดกับลูกมากขึ้นด้วย” และนางสีมา กล่าวว่า “ถึงแม้จะสิ้นสุดโครงการไปแล้วลูกยังคง แปร่งฟันทุกเช้าเย็น สม่ำเสมอโดยไม่ต้องให้เตือนเหมือนเมื่อก่อน”

### การติดตาม ผลของครู

พบว่า หลังจากที่ได้ดำเนิน โครงการต่างๆที่ร่วมกันคิดแล้วนั้น สิ่งแรกที่ประทับใจคือทุก ฝ่ายที่เกี่ยวข้องให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี รวมถึงหน่วยงานภายนอกได้เข้ามาให้ความร่วมมือด้วย เช่น เทศบาลตำบลสุเทพได้ให้งบประมาณเพื่อใช้ในการจัดหาวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ เช่น การสร้างอ่าง ล้างมือ ซื้อแปร่งสีฟัน ยาสีฟัน สบู่ ส่วนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กๆนั้น หลังจากได้ทำกิจกรรมต่างๆไปแล้ว สังเกตเห็น ได้ชัดเจนว่าเด็กมีพฤติกรรมในด้านที่ดีขึ้น ดังที่ครูสุนีย์ กล่าวว่า “เสื้อผ้าสะอาดของใช้สะอาดมากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมในโครงการทั้งหมดเกิดจาก ความคิด วิเคราะห์และความต้องการที่ตรงกันของนักเรียน ผู้ปกครองและครู และทุกฝ่ายที่มีส่วน เกี่ยวข้องได้ให้ความร่วมมือในทุกๆขั้นตอนเป็นอย่างดี” “ทุกวันนี้เด็กนักเรียนยังคงปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ดีอยู่ เช่น ก่อนรับประทานอาหารเด็กจะไปล้างมือให้ สะอาดและเช็ดให้แห้งทุกครั้ง” ซึ่งครูวินัสรินทร์ กล่าวว่า “จากการที่เด็กนักเรียนได้เข้าร่วม โครงการต่างๆส่งผลให้ครูไม่ต้องคอยออกคำสั่งว่าต้องทำอะไรบ้าง แต่เด็กนักเรียนจะคอย กระตุ้นกันเองว่าควรจะต้องทำอะไร และลงบันทึกในสมุดรายนามย์ของนักเรียนเอง ครูเพียง แค่ออกให้คำชี้แนะต่างๆและเป็นผู้คอยให้กำลังใจและคอยกระตุ้นเท่านั้น” ครูเอศิยา แสดงความ คิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของนักเรียนว่า “เท่าที่สังเกตนักเรียนตั้งแต่เริ่มมีกิจกรรมสุขภาพ อนามัยส่วนบุคคล จนถึงสัปดาห์สุดท้ายของการทำกิจกรรมนี้นักเรียนปฏิบัติตนด้านสุขอนามัย ดีกว่าก่อนที่ยังไม่ได้จัดกิจกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล โดยครูประจำชั้นจะตรวจผม เล็บ ฟัน และเครื่องแต่งกายของนักเรียน ปรากฏว่านักเรียนส่วนใหญ่สะอาดเรียบร้อยดี ส่วนการปฏิบัติ กิจกรรมต่าง ๆ นักเรียนก็ลงมือปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ อาจเป็นเพราะทางโรงเรียนขอความร่วมมือ กับผู้ปกครองให้ช่วยดูแลนักเรียนเรื่องสุขอนามัยเมื่ออยู่ที่บ้านด้วยและเป็นเพราะกิจกรรมต่าง ๆ ที่ จัดขึ้นทำให้นักเรียน ไม่รู้สึกเหมือนโดนบังคับเพื่อน ๆ นักเรียนด้วยกันมาช่วยดูแล ทำให้นักเรียน ต่างก็ปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้น” ผอ.พลภัทร กล่าวเสริมว่า “กิจกรรมเหล่านี้จะได้รับการสานต่อเป็น โครงการระยะยาวแน่นอน เพราะเด็กก็มีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่

ดีขึ้นกว่าเดิมก่อนมาก พร้อมทั้งจะขยายกิจกรรมไปสู่เด็กนักเรียนชั้นอนุบาลและชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3 ด้วย เพราะตอนนี้เรามีแหล่งสนับสนุนในด้านงบประมาณ และด้านทรัพยากรบุคคลจากสถานอนามัยตำบลสุเทพ ขอขอบคุณคณะผู้วิจัยทุกท่านที่ช่วยทำให้กิจกรรมต่างๆประสบความสำเร็จไปได้ด้วยดี” ซึ่งจากการสอบถามถึงปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน พบว่าปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานมีค่อนข้างน้อยมากเช่นเรื่องจำนวนคนที่ไม่พอเพื่อจะมาทำความสะอาดโรงเรียน จึงร่วมกันแก้ไขโดยการขอความร่วมมือจากเด็กนักเรียนชั้น ป.1 – ป.3 และได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี ดังที่ ด.ญ.นิภา นักเรียนชั้น ป. 3 กล่าวด้วยใบหน้าที่สดใสว่า “เห็นพี่ๆทำกิจกรรมก็อยากทำด้วย เมื่อพี่ๆมาขอความร่วมมือรู้สึกดีใจมาก เพราะอยากมีส่วนร่วมด้วย” และเด็กชายคตินักเรียนชั้น ป.2 กล่าวว่า “ผมอยากทำกิจกรรมแปร่งฟันเหมือนพี่ๆบ้าง”

### สรุปผลการดำเนินกระบวนการวิจัย

ในการดำเนินงานครั้งนี้ ทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีตั้งแต่ การร่วมกันค้นหาปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา ตลอดจนแนวทางแก้ไข การร่วมตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนพัฒนาแก้ไขปัญหา การปฏิบัติงานในกิจกรรมตามแผน การร่วมรับผลประโยชน์จากกิจกรรมของโครงการ และการร่วมติดตามผลการดำเนินงาน ทุกฝ่ายมีความรู้สึกว่าคุณเองเป็นเจ้าของในทุกๆกระบวนการ ทำให้การดำเนินงานในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เด็กด้อยโอกาสมีพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้น กล่าวคือ 1.ดูแลร่างกาย ได้แก่ เหว้า จี๊โคล และของใช้ให้สะอาด ได้แก่ เสื้อผ้า ถุงเท้า รองเท้า พบว่าเด็กด้อยโอกาสมีร่างกายที่สะอาดขึ้น ไม่มีจี๊โคลมากเหมือนก่อนร่วมกระบวนการวิจัย มีการกำจัดเหว้าทุกสัปดาห์ และของใช้ของเด็กสะอาดขึ้น 2.แปร่งฟันทุกวันอย่างถูกวิธี พบว่า เด็กด้อยโอกาสมีการแปร่งฟันทุกวันวันละ 3 เวลา คือ เช้า กลางวัน และเย็น มีการปร่งฟันอย่างถูกวิธี 3.ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย พบว่า เด็กด้อยโอกาสมีการล้างมือก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย รวมถึงมีการกระตุ้นเตือนจากเพื่อน พ่อแม่ และครูเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลที่ดี และทาง โรงเรียนจะยังคงโครงการเหล่านี้ไว้ในระยะยาว เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคลที่คงทนถาวรยิ่งขึ้น